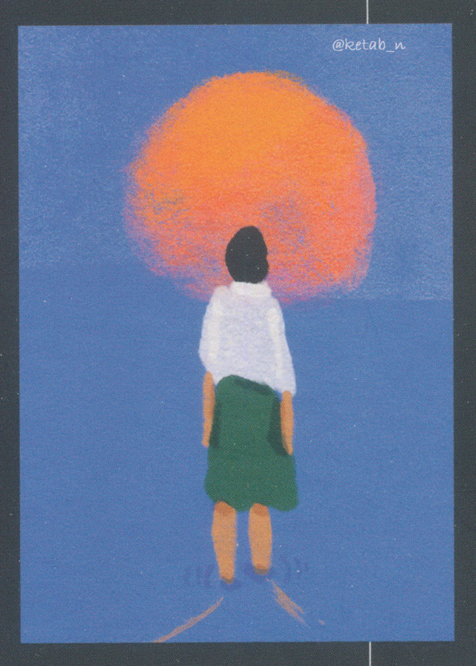
منتصَف العُمر

دليلٌ فلسفيٌّ





كيرين سيتيا

ترجمة: نورة آل طالب



مُنتَصفُ العُمر

دليلٌ فلسفيٌّ

تأليف: كيرن سيتيا

ترجمة: نورة آل طالب



مُنتَصفُ العُمر
دليلٌ فلسفيٌّ
تأليف: كيرين سيتيا
ترجمة: نورة آل طالب
لوحة الغلاف: رائد فوزان
الطبعة الأولى: 2022
ISBN: 978-603-91637-6-3
رقم الإيداع: 1444/274

هذا الكتاب ترجمة لـ:
Kieran Setiya,
Midlife: A Philosophical Guide
Princeton University Press, 2017.

Cover Photo by Raid Fozan



الناشر:
دار معنى للنشر والتوزيع
الرياض - المملكة العربية السعودية

www.mana.net | info@manaa.net | @manaplatform

إنْ لم أكن لنفسي، فمن سيكونُ لي؟

وإنْ كنتُ لنفسي فحسب، ماذا أكون؟

وإنْ لم يكن الآن، فمتى؟

هيليل الكبير

المحتويات

مقدمة

ثمة قصةٌ تُروى عن حاخامَيْنِ كبيرَيْنِ في القرن الأول قبل الميلاد، وهما: شاماي المترِّمت والإقصائي المتحفظ، وخصمهُ النظير هيليل، الشفوق الليِّن والمنفتح على الآخر. وجاء فيها أن وثنيًّا وافَق على اعتناق اليهودية شريطةَ أنْ يتعلَّم التوراةَ وهو يقف على قدمٍ واحدةٍ. نبذَهُ شاماي مُزدريًا إيّاه، فجاء إلى هيليل الذي أجابه بِقوله: «ما لا ترتضيه لنفسكَ، لا ترتضِه لجارِكَ. هذه هي التوراة كُلّها؛ والباقي ليس إلا حاشية. والآن، اذهبْ وتعلَّمْ[1]».

كُتِبَ هذا الكتاب بروح هيليل الذي اقتبسْنا مقولته في الافتتاحية. قد تكون الفلسفة منيعةً ومقصورةً على فئةٍ مُعيَّنةٍ مثلما هو التَّلمود، وهذا ليس بجديدٍ؛ جرِّب قراءة كانط وأرسطو، كما أنَّ هذا ليس عيبًا فيها. وهيليل لا يصرِف النَّظر عن أشكال المعرفة الأكثر تطلُّبًا وإنهاكًا، حيث ختَمَ حديثه مُوصِيًا بالتعلُّم والاستقصاء، لكنه يعتقد إمكانية إيصال رسالة اليهودية ببساطة ووضوح، وأنها مهمّة إلى الحد الذي يجعلها جديرةً بالتدبُّر برغم احتمالية ظهورها على نحوٍ ساذجٍ وبسيطٍ.

(1) Joseph Telushkin, Hillel: If Not Now, When? (NewYork: Schocken, 2010), 18

وهذا ما أعتقدُه بشأن الفلسفة، التي لا يسعُها أنْ تصمُدَ من دون الفلاسفة الذين يُفضي بهم التزامُهم بالإجابة على الأسئلة الأكثر استعصاءً إلى الإشكال والمشقّة. لكن مع كل جدالاتها وشكوكها وتعقيداتها، بوِسع الفلسفة الأكاديمية أن تمنح حياةً إنسانيةً لأيِّ فرد تقريبًا في منتصَف العمر، ويتساءل: كيف يحيا؟

وتوظيفي لهذه الفكرة أمرٌ شخصيٌّ؛ ليس لأنني أدرِّس الفلسفة لكسب العيش فحسب، ولكنني بدأتُ أفكِّر في مرحلة منتصَف العمر منذ ست سنواتٍ، وتحديدًا في سن الخامسة والثلاثين. ظاهريًّا، كانت حياتي تسير على خير ما يُرام، حيث كنتُ مستقِرًّا على الصعيدينِ الأُسريّ والمهنيّ. فقد كنتُ أستاذًا دائمًا في قسمٍ جيدٍ، وأُقيم في مدينةٍ ملائمةٍ تقع في الغرب الأوسط (من الولايات المتحدة). وكنتُ أعرف أنني محظوظٌ لأنني أفعلُ ما أحب. ومع ذلك، كان هناك شيءٌ خاوٍ في توقُّع فِعل المزيد من ذلك؛ في التسلسل المتوقع للمنجزات الممتدة نحو المستقبل والمنتهية بالتقاعد والتقهقر ومن ثَمّ الموت. وحينما صرفتُ فكري إلى الحياة التي سعيتُ بجدٍّ لبنائها، شعرتُ بمزيجٍ مُربكٍ من الحنين، والندم، ورهاب الاحتجاز، والفراغ، والخوف. هل يا تُرى كنتُ أعاني أزمة منتصَف العُمر؟

قد تعترض على هذا الافتراض كوني كنتُ (وما زلتُ) يافعًا على أزمة منتصَف العمر. أُقدِّر هذا الظنَّ، ولكن عليكَ أن تتهيّأ للفصل الثاني. وأنا لا أتفق مع هذا الرأي، في نهاية الأمر. فما أربكَني هو أَسئلة منتصَف العمر الوجودية، أسئلة لستُ صغيرًا على طرحها في سن الخامسة والثلاثين لأنّكَ قد تسألها في سن العشرين أو

السبعين، برغم اعتقادي أنها تبرز على نحوٍ خاصٍّ عندما تصل إلى عمري. إنها أسئلة عن الفوات والندم، والنجاح والفشل، والحياة التي أردتها وتلك التي تعيشها. أسئلة عن الفناء والتناهي، والخواء الكامن في السعي لتحقيق الأهداف أيًّا كانت. هي، في الأساس، أسئلة حول التركيبة الزمنية للحياة البشرية والأنشطة التي تشغلها. ولذا، فإنَّ هذا الكتاب لا يستهدف مَن هم في منتصَف العمر فحسب، بل يخصُّ كل من يواجه حقيقة استحالة الرجوع بالزمن.

وهذا العمل عبارة عن فلسفة تطبيقية: استبصارٌ فلسفيٌّ ضليعٌ بتحديات منتصَف العمر، ويأتي في شكل دليلٍ لمساعدة الذات. لقد أهملَ الفلاسفة مِحَن منتصَف العمر، برغم أنها مثيرةٌ للاهتمام على الصعيد الفلسفيّ، كما أنها قابلة للعلاج باستخدام الأدوات التي يستعملها الفلاسفة. فحتّى قرب القرن الثامن عشر، لم يكن هناك حدٌّ واضح بين الفلسفة الأخلاقية والمساعدة الذاتية[2]. حيث أجمع الفلاسفة على أن التأمل في الحياة الطيبة يُحسِّن حياة الإنسان. والانفصال بين هذينِ المقصدينِ يُعدُّ استحداثًا طارئًا. ففي الوقت الحاضر، يكتب قليلٌ من الفلاسفة كتبًا في المساعدة الذاتية؛ وعندما يفعلون ذلك فإنهم في الغالب يستشهدون بالفلاسفة الكلاسيكيين، غالبًا الرواقيين الرومانيين، شيشرون وسينيكا وإبكتيتوس، كما لو أن الفلسفة فقدَتْ صلتها بالحياة منذ ألفيْ عامٍ! ولكنَّ منهجي ليس تاريخيًّا؛ فبرغم إشارتي لفلاسفة

(2) Aaron Garrett, "Seventeenth- Century Moral Philosophy: Self- Help, Self- Knowledge, and the Devil's Mountain," *Oxford Handbook of the History of Ethics*, ed. Roger Crisp (Oxford: Oxford University Press, 2013), 230– 79.

سابقين، قدماء ومعاصرين، فإنني لا أعاملهم بوصفهم حكماءَ أو مستودعاتٍ للحكمة، بل بوصفهم مُحاورِينَ عند حلِّ المسائل التي تواجهني، والتي تواجهك، كما آمل.

يختلف هذا الكتاب عن كُتُب المساعدة الذاتية العادية من حيث شدة اهتمامه بالأسئلة الجوهرية المتعلقة بشعور المرء تجاه حياته، ومن حيث قلّة اهتمامه بالتغيير الظاهري. بالنسبة للغالبية منّا، لا يُعدُّ منتصَف العمر مرحلةً متأخرةً لبَدء شيءٍ جديدٍ برغم أنه يبدو كذلك في كثيرٍ من الأحيان. فلا تنخدعْ بقصر الوقت المصاحب لمنتصَف العمر؛ لأنَّ في عمرك سعة أكثر مما تظن. مهما يكن، هناك مؤلفات أخرى يمكن الرجوع إليها للحصول على نصائح عملية حول تغيير الوظيفة في سن الخمسين أو التعزُّب في سن الخامسة والأربعين؛ إذ إني لن أسدي هذا النوع من النصائح، ولكني سأسعى لتقديم المشورة، وإيضاح بعض الاستراتيجيات اللازمة للتكيُّف مع مرحلة منتصَف العمر بإلهامٍ من بعض الأفكار الفلسفية. وحيثما تكون النصيحة مألوفة، سأستكشف الفلسفة القائمة عليها، وحيثما تكون غير مألوفة سأدلِّل على صحتها.

وفي هذا الصدد، أنا لا أفترض أي معرفة مسبقة «بالفلسفة». وقد حاولتُ أن أكتب كتابًا تقرؤه وأنت واقفٌ على قدمٍ واحدة؛ حيث إني أُفضِّل الإيجاز على الشمول، ما دعاني إلى التقليل من التفاصيل. تتناول الفصول التالية جانبًا من أزمات منتصَف العمر الكثيرة. فهناك منحى صعوبة الحياة واستنزافها بالمتطلبات، وهذا هو محور الفصل الثاني. وعند تحليلنا لهذا المحور، سنستعرض

مفاهيم المنطق، والقيمة، والحياة الطيبة التي يعود منشؤها لأرسطو، كما سنتبيَّن أهمية فعل ما لا يلزمك فعله. وهنالك منحى انحباس المرء في حياته الحاضرة، مهما بلغ هناؤها، والتسليم بالبدائل الفائتة، وهذا هو موضوع الفصل الثالث، الذي سيُظهر لنا كيف يُبالَغ في تقدير الخيارات ولمَ يوجد جانب إيجابي بشأن الفوائت. ثم يأتي في الفصل الرابع منحى الماضي المُزعج، الذي يضطرنا إلى تقبُّله على ما هو عليه لاستحالة تغييره، وسنعرف متى ينبغي أن نمتن لأخطائنا ولماذا. ويتناول الفصل الخامس منحى مرور الوقت أو نفاده والوعي بالفناء، ويُناقش أساليب علاجية فلسفية تفيد في علاج الخوف من الموت. وأمّا الفصل السادس فإنه يخوض في منحى توالي المخططات والأهداف، وما يكتنف ذلك من تكرارٍ واستنزاف، يومًا بعد يوم، وعامًا بعد عام. وسندرك في ثناياه ماذا يعني العيش في اللحظة الحاضرة، وكيف يمكن لذلك أن يعالج أزمة منتصَف العمر، وما الفائدة المرجوّة من التأمل.

وقبل البحث عن الإجابات، نبدأ في الفصل الأول باستعراض تاريخ المسألة. سوف نستكشف الصورة النمطية لمنتصف العمر بوصفه أزمةً من خلال الكشف عن ماضيها الحديث. وسوف نتتبع حاضرها المتغيّر، وتطوّرها من صدمة نفسية مُربكة إلى ابتئاس يمكن السيطرة عليه. كما سنجد مكانًا للفلسفة في مستقبلها؛ حيث إن الفلاسفة المعاصرين لم يُولوا الكثير من الاهتمام للتقدُّم في السن للحالات المادية والزمنية للطفولة ومنتصف العمر والشيخوخة، وقد حان الوقت لتغيير ذلك.

1
تاريخٌ موجَزٌ لأزمة منتصَف العمر

يقول الشاعر والكُتُبيّ فيليب لاركين: «بدأت المعاشرة الجنسية عام 1963»[1]. وفي وسعنا تأريخ نشأة أزمة منتصَف العمر بالدقةِ ذاتها. ففي عام 1965، نشر المحلل النفسي إليوت جاك مقالًا وردت فيه العبارة التالية: «الموت وأزمة منتصَف العمر»[2]. وفي تحليله للأزمة، يقتبس جاك من مريض في منتصَفِ الثلاثينيات، حيث يقول:

> «حتى هذه اللحظة، بدَت الحياةُ لي كأنها منحدرٌ صاعدٌ لا متناهٍ يلوحُ منه أفقٌ بعيدٌ. والآن يبدو أني وصلتُ إلى قمة المرتفَع على حين غُرّة، ويمتدُّ إلى الأمام على مرأى البصر منحدَرٌ هابط يفضي إلى نهاية الطريق. صحيح أنه بعيدٌ للغاية؛ بيدَ أن الموت حاضرٌ في النهاية على نحوٍ جليّ»[3].

إنْ كنتَ تقرأ هذا الكتاب، فيُرجَّح أنك تدرك هذه اللحظة. إنك تعرف كيف يُفترض أن تشعر، أكان هذا شعورك حقًّا أم لا؟ فلقد عشتَ طويلًا لتسأل: «هل هذا هو كلُّ ما في الأمر»؟ وخُضتَ ما

---

(1) Philip Larkin, "Annus Mirabilis," *Collected Poems*, ed. Anthony Thwaite (London: Faber & Faber, 2003), 146.

(2) Jaques, "Death and the Mid-Life Crisis," 506.

(3) Jaques, "Death and the Mid-Life Crisis," 506.

يكفي لارتكاب بعض الأخطاء الجسيمة، وللالتفات إلى انتصاراتكَ وخيباتكَ بعين الفخر والندم، وللتمعُّن في البدائل الفائتة، وفي مسارات الحياة التي لم تخترها ولا تستطيع عيشها، ولاستشراف نهاية الحياة، التي لا هي بالوشيكة ولا هي بالبعيدة؛ فبُعدها أصبح يُقاس بوحداتِ قياسٍ تُدركها الآن: أربعون عامًا أخرى إنْ حالفكَ الحظ.

إنك لست الأول؛ حيث توجد لدينا نماذج معاصرة، مثل ليستر بيرنهام في فيلم «الجمال الأمريكي» (American Beauty)، الذي يستقيل من وظيفته، ويشتري سيارة سريعة، ويسعى خلف صديقة ابنته المراهقة ذات الجمال الفاتن[4]. ولكن هناك نماذج أسبق بكثير من نموذج ليستر بيرنهام. حيث يمكن الاستشهاد بالشخصية الرئيسة في رواية جون ويليام البارزة (ستونر) (Stoner)، الصادرة عام 1965. لم يكن في حياة ستونر «ما يجلب له المتعة، ولم يكن في ماضيه ما يهتم بتذكُّره[5]»، وهو يعيش تحت وطأة زواجٍ فاشلٍ ووظيفةٍ متعطلةٍ في سن الأربعين؛ فلا عجب أن يشرع في العلاقة الغرامية السائدة. كما يمكن الاستشهاد بالرجل العبثي في مقال «أسطورة سيزيف» (Myth of Sisyphus) لألبير كامو المنشور عام 1942، الذي لم تكن أزمته الوجودية أزليةً ولكنها تحلُّ «عندما يُلِّمح المرء أو يُصرِّح بأنه في الثلاثين من عمره».

---

(4) *American Beauty*, directed by Sam Mendes (Burbank: Warner Brothers, 1999).

(5) John Williams, *Stoner* (New York: New York Review Books, 2003), 181.

«إنه يعترف بأنه يقف في مرحلةٍ ما على منحنًى، مُقرًّا باضطراره إلى السير حتى نهايته. إنه ينتمي للزمن، ومن خلال الخوف الذي يستبدُّ به يكتشف ألدَّ أعدائه. الغد، كان يتوق إلى الغد، في حين أنّ كل شيء فيهِ ينبُذُه. ثورة الجسد هذه هي العبث»[6].

ويُمكن الإشارة إلى قصة هربرت جورج ويلز الهزلية السوداوية (تاريخ السيد بولي) (The History of Mr. Polly)، المنشورة عام 1910، التي تحكي قصة دكّانيٍّ ضَجِر تجعلُه محاولته الفاشلة بالانتحار بطلًا محليًّا، حيث يُحسب له إخماد النار التي أشعلَها، والتي حفزته على بَدء الحياة من جديد[7].

إن كانت تمثيلات أزمة منتصَف العمر تسبق تسميتها في عام 1965، فإلى أي مدى يمكننا تتبع الأزمة ذاتها؟ من المفاجئ معرفة أنّ أمثلة إليوت جاك مستوحاة إلى حدٍّ كبيرٍ من حياة فنانين مبدعين وليس من عمله طبيبًا إكلينيكيًّا. لقد كان مذهولًا من النمط المتكرر في سن السابعة والثلاثين، أو نحوه، الذي يستجلب إما الصمت الإبداعي وإمّا التحوُّل. فقد ألَّفَ جواكينو روسيني (1792-1868) عند بلوغه السابعة والثلاثين أبرَع مؤلَّفاته الأوبرالية، بدءًا من «حلّاق إشبيلية» (The Barber of Seville) ووصولًا إلى «ويليام تيل» (William Tell)، ثم تضاءل إنتاجُه الكتابيُّ برغم أنّه عاش أربعين عامًا أخرى. وفي العمر ذاته، انطلق يوهان فولفغانغ غوته (1749-

(6) Albert Camus, *The Myth of Sisyphus* (London: Penguin, 2000), 13.

(7) H. G. Wells, *The History of Mr. Polly* (London: Thomas Nelson, 1910).

(1832) في رحلة عبر إيطاليا استمرت لعامين. وبعدئذٍ كتبَ أعظم أعماله، مستلهمًا أفكاره من القصص الكلاسيكية، كما في مسرحية فاوست التراجيدية. ويتكرّر الأمر مع مايكل آنجلو (1475-1564) الذي أخذ استراحةً في منتصَف العمر، دون أن يرسمَ شيئًا تقريبًا من سن الأربعين حتى سن الخامسة والخمسين، ثم أنتج نُصب ميديسي التذكاري ولوحة «الحساب الأخير» (The Last Judgment).

قد يخطر لك أن التأمُّل في التاريخ العقلي لفنانين قضوا نحبَهم منذ قرونٍ كثيرةٍ ليس إلا ضربًا من الاندفاع. لكننا لم ننتهِ بعد؛ حيث إن فيليب آرييس، المؤرِّخ الذي افترض الصيغة الحديثة للطفولة، والضليع بالتنظير المندفع، كان قد عزا الشعورَ بالخيبة الشخصية في منتصَف العمر إلى تجربة «الرجل الغني أو المتنفِّذ أو المتعلم من أواخر القرون الوسطى»، الذي كان يتمتع بترف الطموح المحروم منه سكان المجتمعات التقليدية[8]. وتأمَّل قول دانتي وهو في عمر الخامسة والثلاثين: «في منتصَف رحلة الحياة، وجدتُ نفسي/ في غابةٍ مُظلمةٍ، بعد أن ضللتُ الطريق السوي»[9].

وترسم مؤرخةُ القرون الوسطى ماري دوف صورةً مختلفة للغاية في كتابها «العمر الأمثل في حياة الإنسان» (The Perfect Age of Man's Life)، حينما تستشهد بالقصيدتينِ الروائيتينِ «بيرس بلومان» (Piers Plowman) و«سير غواين والفارس الأخضر» (Sir

(8) Philippe Ariès, *Western Attitudes toward Death* (Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1974),42– 44.

(9) Dante Alighieri, *Inferno*, trans. Robert Pinsky (NewYork: Farrar, Straus and Giroux, 1994), 3.

(Gawain and The Green Knight المكتوبتينِ بالإنجليزية الوسطى. وتقوم القصيدتانِ على نظرية أرسطو حول منتصَف العمر بوصفه ذروةَ الحياة، حيث يكون الجسد في أوج نموّه في سن الثلاثين إلى سن الخامسة والثلاثين، والعقل في سن التاسعة والأربعين[10]. ويُشكك آخرونَ في أن آريس ذهب بعيدًا جدًّا. ففي كتابها المنشور عام 2002 الذي يتناول موضوع أزمة منتصَف العمر (Regeneration)، تتخذ المعالجة النفسية جين بولدن قصةَ أوديسيوس في قصيدة هوميروس الملحمية (الأوديسة) (Odyssey) نموذجًا لها[11]. لاحظْ أنَّ موضوع الحديث هو أزمة منتصَف العمر! الخيانة، معاقرة الشراب، موت أحد الوالدين، والحاجة إلى استشارة أسرية فعّالة في نهاية المطاف. ولكن إنصافًا لبولدن، فقد كانت تستعملها على سبيل المجاز. وأقدَمُ نص يُستشهَد به على أنه سابقة حقيقية لأزمة منتصَف العمر يأتي من الأسرة المصرية الثانية عشرة، منذ نحو ألفيْ سنةٍ قبل الميلاد، وهو عبارة عن حوارٍ بين رجلٍ مُنهَكٍ وروحِهِ، برغم أن ما ينهكه -حسبما أرى- هو الظلم المحُيط به وليست نقائص حياته الشخصية[12].

المغزى من الشواهد من زمنِ ما قبل التاريخ لا يكمُن في تبيان لا زمنية أزمة منتصَف العمر، بقدر ما يكمُن في الكشف عن هيمنتها على مُخيلتنا. من اليسير إسقاط صورتنا عن الأزمة على حياةٍ

(10) Mary Dove, *The Perfect Age of Man's Life* (Cambridge:Cambridge University Press, 1986), 28.

(11) Jane Polden, *Regeneration: Journey through the Mid- Life Crisis* (London: Continuum, 2002), 7.

(12) James Hollis, *The Middle Passage* (Toronto: Inner City Books, 1993), 54.

سابقةٍ مختلفةٍ تمامًا عن حياتنا. ولكن تاريخ الأزمة الذي سأتناوله في هذا الفصل لا يعودُ إلى زمنٍ سحيقٍ عصيٍّ على التقدير، إنما سأعتمد على تاريخٍ قابلٍ للتتبُّع، بَدءًا منذ ظهور الفكرة عام 1965 وحتى يومنا هذا. لطالما كان يُظَن أنَّ أزمة منتصَف العمر محض اختلاق وأنه لا وجود لشيء من هذا القبيل، حتى مع زيادة شيوعها.

صعودٌ وهبوط

بالرغم من وجود بعض السوابق البارزة، بما فيها دراسة المحلل النفسي إيدموند بيرغلز حول العَلاقات خارج الزواج، (تمرُّد الرجل في منتصَف العمر) (The Revolt of the Middle-aged Man)[13]، المنشورة عام 1954، فإن أزمة منتصَف العمر وُلدت عام 1965، وكانت نشأتها الأولى واعدة للغاية وذات نموٍّ مُذهلٍ.

ففي عام 1966، شرَعَ أستاذ علم النفس في جامعة ييل، دانيال ليفينسون، في سلسلة من المقابلات مع أربعين رجلًا تتراوح أعمارهم ما بين الخامسة والثلاثين والخامسة والأربعين. كان يريد أن يعرف ما إذا كانوا يُقاسون قلقَ منتصَفِ العُمرِ الذي كان يقاسيه. ونتجَ عن ذلكَ خارطةٌ لمراحلَ مُقدَّرةٍ في نموّ الذكور البالغين، بعنوان «فصول حياة الرجل» (The Seasons of a Man's Life)، ونُشِرت عام 1978[14]. وفي العام ذاته، نشرَ الطبيب النفسي روجر غولد من

(13) Edmund Bergler, *The Revolt of the Middle- Aged Man* (New York: A. A. Wyn, 1954).

(14) Daniel J. Levinson, *The Seasons of a Man's Life* (New York: Ballantine, 1978).

جامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس كتاب «تحوّلات: النمو والتغيير في حياة الراشدين» (Transformations: Growth and Change in Adult Life)[15]، بإلهامٍ من تجربته الخاصة كذلك، حيث كان يعاني اكتئابًا أُصيب به فجأةً، بعد أن حقَّق حلمًا طال انتظاره، وهو شراء منزله الخاص مع زوجته في لوس أنجلوس. لِمَ يا تُرى يجلب لهما هذا الحلمُ التعاسةَ؟ لكنَّ غولد كان يمتلك الاستجابة المناسبة لمواجهة صدمته الشخصية؛ بما أنه كان عالِمًا اجتماعيًّا. فقد أجرى دراسةً تضمَّنتْ تقييمًا ذاتيًّا قُدِّم لـ 524 شخصًا، ذكورًا وإناثًا، تتراوح أعمارهم بين السادسة عشرة والخمسين. وعلى غرار ليفينسون، كان غولد يرمي إلى تحديد مراحلَ عامّة للنمو والتطور، وإحداها اضطراب منتصَف العمر البارز.

ولكن العام الذي شهدَ وصول أزمة منتصَف العمر لمرحلة النضج وتوّجت فيه ثقافيًّا كان عام 1976. وقبله بعامينِ، كانت الصحفية غيل شيهي قد خاطبت ليفنسون وغولد بشأن مقالةٍ في مجلة نيويورك، ولكنها لم تُهدرْ أيَّ وقتٍ. فبينما كانا يفحصانِ ما لديهما من مُعطياتٍ، ألَّفت هي كتاب «انتقالات: أزمات متوقعة في سن الرشد» (Passages: Predictable Crises of Adult Life)، استنادًا إلى حدٍّ ما على مقابلاتها الخاصة مع أفراد في العشرينيات والثلاثينيات والأربعينيات[16]. وقد حقَّق الكتاب نجاحًا كبيرًا، إذ بِيعَ منه منذ نشرِه أكثرُ من خمسةِ ملايينَ نسخةٍ كُتِبتْ بثمانٍ وعشرينَ

(15) Roger L. Gould, *Transformations: Growth and Change in Adult Life* (New York: Simon and Schuster, 1978).

(16) Gail Sheehy, *Passages* (New York: Ballantine, 1976).

لغةً. وفي استطلاعٍ لرأي القُرّاء أجرتْه مكتبة الكونغرس عام 1991، ذُكِر الكتاب ضمن الكُتب العشرة الأكثر تأثيرًا.

تأثرَّت شيهي كثيرًا في كتابها بالمحلِّل النفسي الألماني إريك إيريكسون، الذي كان كتابه «الطفولة والمجتمع» (Childhood and Society) (1950) واحدًا من المحاولات الأولى لتحليل الحياة الإنسانية بوصفها سلسلةً من المراحل المتمايزة والمتعاقبة، بدءًا من الولادة ووصولًا إلى الشيخوخة[17]. كان لدى إيريكسون ثماني مراحل، وكل مرحلة منها تُحدَّد بصراعها الخاص: الثقة أو انعدامها في أثناء الطفولة، والمعاشرة أو العُزلة في سن الرشد المبكِّر. وفي المرحلة الثانية من سن الرشد، من الخامسة والثلاثين إلى سن الرابعة والستين، يأتي الصراع بين الإنتاجية أو الركود. («الإنتاجية» مصطلح يُعبِّر به إيريكسون عن الاستثمار العاطفي في الأجيال القادمة). بيدَ أنَّ تأثير ليفنسون وغولد كان أكثرَ إثارةٍ للخلاف؛ حيث رفع غولد دعوى قضائية ضد شيهي عام 1975، على أمل وقْفِ نشر كتابها، لأنه كان يرى أنها سرقَت أفكاره، وانتهت القضية بتسويةٍ بلغَتْ عشرة آلاف دولارٍ مع ما نسبته 10% من الأرباح. لم تكن صفقةً سيئةً في ضوء المبيعات المستقبلية؛ ولكنَّ تأثير كتاب شيهي لا يقتصر فقط على أسبقيّته في الصدور. حيث كانت شيهي بارعةً في صياغة العبارات البارزة: «عشرينيات التجريب»، و«الثلاثينيات المُضلِّلة»، و«العقد الحَرِج». والميل إلى تعميمها يُظهِر الانتقالات كأنَّها صورةٌ خاطفةٌ تصوِّر الوعي الذاتيَّ الأمريكيَّ.

(17) Erik H. Erikson, *Childhood and Society* (New York:Norton, 1950).

ما يُثير القلق في تلك الصورة هي أزمة منتصَف العمر، لأننا نشعر بأنَّ الوقت ينفد بمجرّد بلوغنا هذه المرحلةَ، على حدِّ زعم شيهي. فيما يتعلق بالنساء، تكون الثلاثينيات والأربعينيات مرحلتيْنِ مصيريَّتيْنِ في حياتهنّ. فالغالبية منهن في عام 1974 كُنَّ بلا شهادة جامعية، وكان أبناؤهنّ يكبرون ويعتزمون الاستقلال عن منزل العائلة. فكُنَّ بحاجة إلى تخيُّل حياةٍ أخرى، والبَدء في عيشها. وأمّا الرجال، فإنَّ بلوغ الأربعين كان يعني لهم توديع الأحلام المستحيلة، وترويض طموح الشباب وتوجيهه من جديد. ومهما تكن دقّة هذا الوصف، فإنَّه كان ذا تأثيرٍ كبيرٍ. وهذا التأثير لم يُفضِ إلى التخلُّص من الصور النمطية التي اكتشفتْها أو ابتكرتْها شيهي عام 1976، بل إلى إفساح المجال للنساء ليتبوَّأنَ مكانًا في صورة نمطية كانت حِكرًا على الرجال في السابق: وظيفة متعطلة، وشباب آفل، وعلاقة زوجية فاترة؛ وذلك بالنظر إلى مدى تغيُّر الأمور، مع وجود قدر أكبر من المساواة في التعليم، والعمل، والأسرة.

وفيما يخُصّ شيوع الأزمة، فإن شيهي لم تكن واضحةً، برغم أنها تكتب بعباراتٍ عامّة وتتوقع صراحةً أن يتشاكل قُراؤها مع أفرادِ مُقابلاتِها. أمّا الآخرون فقد كانوا أقلَّ تحفُّظًا. ففي مقدمة كتاب باربارا فريد «أزمة منتصَف العُمر» (The Middle- Age Crisis)، وهو عمل كلاسيكيٌّ مُهمَلٌ عن أسطورةِ منتصَف العُمر، المنشور عام 1967، كتب أستاذ علم النفس موريس ستين أن «أزمة منتصَف العمر واسعة الانتشار»:

«كلٌّ واحدٍ منّا يعيش هذه الأزمة بطريقته الخاصة، ويُقاسيها بلوعةٍ أكبر أو أقل، ويَخرُج منها متصالحًا مع السنوات اللاحقة بشكلٍ أو بآخرَ. إنها أزمةٌ نمائية «طبيعية» لا مفرَّ منها»[18].

لكن على الرغم من الملاحظة المشكوك فيها في الاقتباس أعلاه، فإنَّ الصورة تعكسُ مصيرًا اجتماعيًّا أو بيولوجيًّا لا فِكاك منه. إننا مُبرمَجون على أزمة منتصَف العمر، رجالًا ونساءً على حدٍّ سواء، وعليه فإنَّ السؤال الوجيه: متى ستقع الأزمة؟ وليس ما إذا كانت ستقع أم لا. فحريٌّ بنا أن نستعدَّ لها قبل وُقوعها.

بحلول عام 1980، كانت فكرةُ أزمة منتصَف العُمر في حالةِ ازدهارٍ، واحتلَّت مكانًا آمنًا وبارزًا في الثقافة الشعبية بعد أن أضحت فكرةً جليّة لا تحتاج إلى تفسير، وموضوعًا للفكاهة الساخرة والأحاديث الواعية. فإنْ لمْ تكُن قد مررتَ بهذه الأزمة، فبوسعِكَ أن تقرأ عنها في عددٍ لا يُحصى من الروايات، بَدءًا من رواية «حدث شيءٌ ما» (Something Happened) لجوزيف هيلر، وحتى رواية «الصيف قبل حلول الظلام» (The Summer before the Dark) لدوريس ليسينغ[19]. كما يُمكنك أيضًا أن تلعب لعبةً لوحيّة عنها! ففي لعبة «أزمة منتصَف العمر»، الصادرة عام 1982، يختار اللاعبون من بين الهدفيْنِ التاليَيْنِ: الاستقرار، وجمع الثروة،

---

(18) Barbara Fried, *The Middle- Age Crisis* (New York: Harper & Row, 1967), vii.

(19) Joseph Heller, *Something Happened* (New York: Knopf, 1974); Doris Lessing, *The Summer before the Dark* (London: Jonathan Cape, 1973).

والتحكم في الضغوط، أو الإفصاح عن أزمة منتصَف العمر، والاندفاع بطَيْشٍ نحو الإفلاس، والطلاق، والانهيار العصبي.

الكثير من التصوُّرات هنا، لكن ماذا عن الواقع؟ في الحقيقة، لم يكن من السهل الإلمام بالأزمة. لقد كانت بحوزتنا الدراسات التي أجراها ليفنسون، وغولد، وشيهي، ولكننا لم نكن نمتلك إلا القليل من البيانات المنهجيّة. مِن السهل العثور على دلائل سرديّة عن أزمة منتصَف العُمر عند سؤال مَن حولك، ولكنها ليست علميّة بحتةً، علاوةً على أنها مُضلِّلةٌ بلا شكٍّ، ولا سيَّما مع نزوع الناس الآن إلى التعبير عن أنفسهم باصطلاحاتٍ بارزةٍ اجتماعيًّا؛ حيث إن فكرة أزمة منتصَف العمر تُعَدُّ وسيلةً متاحةً لِفَهم الذات ووصفها للآخرين، ولها جاذبيةٌ خاصّةٌ لِقُدرتها على تبرير ما قد يُرى أنه سلوك شائن في أحوالٍ أُخرى. ماذا تتوقع؟ أنا أعاني أزمة منتصَف العمر!

بدأَت المواجهة الكبرى للوضع الراهن عام 1989، بالتزامُن مع تأسيس شبكة بحثية من مؤسسة ماك آرثور لدراسة موضوع التنمية الناجحة لمرحلة مُنتصَف العُمر، بإدارة عالِم النفس الاجتماعي أورفيل غيلبرت بريم. جمعَت الشبكة فريقًا مُؤلَّفًا من ثلاثة عشر باحثًا من مُختلَف التخصصات: علم النفس، وعلم الاجتماع، والأنثروبولوجيا، والطب. وتركَّز عملُها الرئيس على إجراء دراسة واسعة تحمل اسم «MIDUS»، أي منتصَف العُمر في الولايات المتحدة، وقد أُجريَت تحديدًا عام 1995. اشتملت الدراسة على استقصاءٍ أُجريَ على أكثر من سبعة آلاف شخص تتراوح أعمارُهم بين الخامسة والعشرين والرابعة والسبعين، إضافة

إلى مقابلةٍ هاتفيةٍ لمدة خمسٍ وأربعينَ دقيقةً، واستبيانٍ يستغرق ساعتيْنِ. وتضمَّن مُستند الاستقصاء المُستخدَم لتحليل البيانات ما يزيد على 1,100 بندٍ. كان هذا هائلًا! وعلى الرغم من وجود بعض الابتذال المتوقع؛ حيث ورَدَ في أحد الإيضاحات: «تتناقص معدلات الصحة الجسدية على نحوٍ أكبر خلال فترة منتصَف العمر» -ما الجديد في ذلك؟!- لكنَّ هذه الدراسة الاستقصائية غيَّرت جذريًّا المُعتقد الاجتماعيّ والعلميّ، ما أسفَر عن تعرُّض فكرة أزمة منتصَف العمر لذاتِ الأزمة في سن الخامسة والثلاثين حوالي عام 2000.

ماذا كشفت دراسة MIDUS؟ لُخصِّت النتائج بعناية في مجموعة الدراسات (How Healthy Are We?) (ما مدى صحّتنا؟) الصادرة عام 2004، التي حرَّرَها بريم مع زميليْنِ، وهما أستاذ علم النفس كارول رايف، ورونالد كيسلر، أستاذ سياسة الرعاية الصحية في كلية الطب بجامعة هارفرد. وكانت التطلعات مُبهجة؛ إذْ صرَّحوا بأنَّ: «النتائج كشَفتْ إلى حدٍّ كبير عن وجود تصور إيجابيٍّ بشأن التقدُّم في السن؛ حيث أظهرَ البالغون الأكبر سنًّا مستوياتٍ أعلى من الشعور الإيجابي، مع مستوياتٍ أقل من الشعور السلبيّ مقارنةً بالشباب ومتوسطي العمر»[20]. إن الأمور تتحسّن؛ إذ: «رُبط السّن بالاكتئاب الشديد على نحوٍ سلبيٍّ مع وجود احتماليةٍ أقلّ لإصابة البالغين بهذا الاضطراب»[21]. وهذا يشير إلى وجود حالة استقرار

(20) Orville G. Brim, Carol D. Ryff, and Ronald D. Kessler,"The MIDUS National Survey: An Overview, "*How Healthy Are We? A National Study of Well- Being at Midlife*, ed. Orville G. Brim, Carol D. Ryff, and Ronald D. Kessler (Chicago: University of Chicago Press, 2004), 1- 36, 22

(21) Brim, Ryff, and Kessler, "The MIDUS National Survey,"

أو تحسُّن من مرحلة الشباب إلى منتصَف العمر وما بعده. وعندما أُعلنت النتائج لأول مرة عام 1999، نشرَت صحيفة واشنطن بوست قِسمًا خاصًّا بعنوان «مُنتصَف العُمر بلا أزمة»، كما ظهر العنوان الرئيس «دراسة جديدة تفيد بأن منتصَف العمر هو ذروة الحياة» في صحيفة نيويورك تايمز.

تبع ذلك دراسة تعقُّبية بقيادة عالمة الاجتماع بجامعة كورنيل، إيلين ويثغينتون. وقد أُجريَت هذه الدراسة على 724 من المشاركين الأصليينَ بهدف الكشف عن التحوُّلات النفسية لديهم. وأبلَغ 26% فقط ممَّن يتجاوز سنهم الأربعين عن مرورهم بأزمة منتصَف العمر، بنسب متساوية تقريبًا بين النساء والرجال[22]. وهذا يُظهر أن الأزمة لم تكن سائدةً أو متفشيةً، وحتى نسبة 26% يُعتقد أنها مُضلِّلة؛ إذ أظهَر تحليلٌ لاحق أن أولئك الذين أجابوا عن الاستقصاء استخدموا تعريفًا مطاطيًّا لأزمة منتصَف العمر، لأنهم كانوا يُسقطون المصطلح على أي فترة عصيبة يمرُّون بها في السنوات ذات الصلة. بعبارةٍ أخرى، تقع الأوضاع المُزرية في منتصَف العمر، مع الأبناء والآباء، في الصحة والعمل. وإن كنتَ تصفُها بأزمة منتصَف العمر، لمجرد أنك تستطيع ذلك، فهذا يعني أن أزمة منتصَف العمر تُصيب نحو رُبع الأمريكيينَ. ولكن قد لا يكون لهذا الإسقاط أي علاقة بالوعي بالفناء، أو محدودية الحياة، أو الفرص الضائعة، أو الطموحات غير المحققة، فضلًا على العمر الزمني.

(22) Elaine Wethington, Hope Cooper, and Carolyn Homes, "Turning Points in Midlife," *Stress and Adversity over the Life Course: Trajectories and Turning Points*, ed. Ian H. Gotlib and Blair Wheaton (Cambridge: Cambridge University Press, 1997), 215– 31.

ظهَرَت دراسات أخرى تؤكِّد ما توصَّلت إليه دراسة MIDUS. ففي عام 2001، حرَّرت مارغي لاتشمان، أستاذة علم النفس في جامعة برانديز، الدليلَ الشامل (Handbook of Midlife Development)، وورد في إحدى مقالاته، «تجد الدراسات الاستقصائية على نحوٍ متكررٍ أنَّ لدى الأفراد في منتصَف العمر أعراضًا نفسيةً أقل ... ومستوياتٍ أعلى من الرضا الزوجي.. ومهاراتٍ حياتيةً أفضل.. من الأفراد الأصغر سنًّا، ويتمتعون، بشكلٍ عام، بصحة جيدة إلى حدٍّ ما»[23]. وجاء في مقالةٍ أخرى أنَّ «أحد أغرب ألغاز علم النفس التنموي الذي يبحث في نمو الإنسان وتطوُّره على مدى الحياة هو لغز أسطورة منتصَف العمر»[24]. لقد تشكَّلت صورة جديدة عن منتصَف العمر وأصبح هناك إجماعٌ جديدٌ على أنّه طورٌ للنمو الشخصي والكفاءة الذاتية، وليس طورًا للحيرة والانكفاء. وبحلول عام 2010، خصَّصت الناقدة اللاذعة للصور النمطية في السبعينيات، سوزان كراوس وايتبورن، قسمًا كاملًا عن «أسطورة أزمة منتصَف العمر» في كتابها «The Search For Fulfillment»، واستندت في جزءٍ منه إلى دراسة طولية أُجريَت على ثلاث مئة وخمسين طالبًا في جامعة روتشستر في ولاية نيويورك[25].

---

(23) Carolyn M. Aldwin and Michael R. Levenson, "Stress, Coping, and Health at Midlife: A Developmental Perspective," *Handbook of Midlife Development*, ed. Margie E. Lachman (New York: Wiley, 2001), 188- 215, 188.

(24) Jutta Heckhausen, "Adaptation and Resilience in Midlife," Handbook of Midlife Development, ed. Margie E. Lachman (New York: Wiley, 2001), 345- 94, 345.

(25) Susan K. Whitbourne, The Search for Fulfillment (New York: Ballantine, 2010), 160- 8.

إنّ المواجهة ضد أزمة منتصَف العمر كانت، إلى حدٍّ ما، ردّ فعل مبالغ فيه تجاه تعبيرٍ ساخرٍ. فقد تبدو العبارة سلبيةً تمامًا: أزمة بمعنى كارثة. كما كانت هناك مزاعم بتفشي الأزمة بلا أي أساسٍ تجريبيٍّ أو مبررات مُقنعة، مثلما جاء في اقتباس موريس ستين أعلاه. إلى أنْ جاءت اكتشافاتٌ أواخرَ التسعينيات لترُدَّ بقوة على سردية الصدمة السائدة. بيدَ أن أزمة منتصَف العمر لم تُصوَّر قطّ بالسوءِ الخالص، حتى من جانب أولئك المعنيين بتفسيرها. فمنذ البداية، ربَطَ إليوت جاك مرحلة منتصَف العمر بالتحوُّل والتجدُّد الإبداعي. وكان مقالُه تصحيحًا لكتاب جورج ميلر بيرد «العصبية الأمريكية» (American Nervousness)، (1881)، الذي يفترض أن «الوهن العصبي» هو مرض الطبقات المتعلِّمة، ويجد تناقُصًا سريعًا في الإنتاج الفني من سن التاسعة والثلاثين[26]. وعلى غِرار جاك، كانت شيهي تلاحظ وجود نزعة للتغيير الإيجابيّ في منتصَف العمر. ولم يصوِّر أيٌّ منهما الأزمة على أنها ظاهرة بيولوجية بحتة تتأثر بالعُمر الزمني وحده، بدلًا من الظروف المتغيرة لمنتصف العمر. كما لم يفترضْ أيٌّ منهما أنَّ الأزمة عامّة أو أنها يجب أن تكون كذلك لتكون حقيقية. فأي أزمة تُصيب، مثلًا، 10% من البالغين من سن الأربعين إلى سن الستين تكون أزمة جديرة بالتأمُّل. ومع ذلك، ليس ثمة شك في تناقُص الحظوظ العلمية والاجتماعية لأزمة منتصَف العمر؛ إذ يُمكن للعلماء الآن عدُّها أسطورةً حضريةً أو خيالًا شعبيًّا، لا حقيقة نفسية. ولو كانت ستزدهر في سنواتها

(26) George Miller Beard, American Nervousness (New York: Putnam, 1881).

الأخيرة، فكانت ستُضطَرّ إلى إعادة تكوين نفسها، والتخلي عن شريكها في علم النفس، وتغيير وظيفتها. وهذا ما حدث بالضبط، حيث التقت أزمة منتصَف العمر باقتصاد الرفاه المُستحدث لحاجتها إلى بداية جديدة.

تبدأ الحياة في سن الأربعين

هناك قصة مثيرة جديرة بأن تُروى عن التحوّل في اقتصادات التنمية من حصر الاهتمام على الناتج المحلي أو القومي الإجمالي إلى توسيع دائرة الاهتمام لتشمل مجموعةً أوسع من المقاييس التي تُفضِّلها الآن الحكومات الوطنية، والأمم المتحدة، والبنك الدولي. ليس هذا المكان المناسب للحديث عن هذا الموضوع، ولكن الجانب المهم، من منظورنا، هو إسهام الفيلسوف وعالِم الاقتصاد من جامعة هارفرد، أمارتيا سِن، في الثمانينيات، الذي قاد إلى اعتماد «مؤشر التنمية البشرية» الصادر عن برنامج الأمم المتحدة للتنمية. حثَّ سِن على قياس القدرات ومدى تحقُّق الإمكانات البشرية، عوضًا عن قياس السلع. ويُعدُّ مؤشر التنمية البشرية محاولةً أوليةً لفعل هذا، وذلك من خلال جمع الناتج المحليّ الإجمالي مع متوسط العمر المتوقع والتحصيل العلمي في رقم واحد لكل أمة. وقد نُشِر لأول مرة عام 1990. وشهِدَ العقدانِ اللاحقانِ نشاطًا مكثَّفًا في اقتصاد الرفاه، متضمّنًا دراسة تقارير عن السعادة اللحظية والرضا العام عن الحياة ضمن مجموعة متنوعة من السياقات الاجتماعية والديموغرافية. وبهذا، لم يعد الاقتصاد مقصورًا على الثروة.

دراسة واحدة على وجه الخصوص غيَّرت حظوظ أزمة منتصَف العمر وربمّا معناها أيضًا. ففي عام 2008، نشَرَ الاقتصاديّانِ ديفيد بلانشفلاور من جامعة دارتماوث وآندرو أوزوالد من جامعة وارويك مقالًا بعنوان «هل الرفاه يأخذ شكل حرف U خلال دورة الحياة؟»[27]، واستندا إلى استطلاعات طُرِح فيها أسئلة على بالغين من مختلف الأعمار من قبيل: ما مدى رضاك عن حياتك ككل هذه الأيام، مع وضع كل شيء في الحسبان؟ ومن خلال التركيز على الدخل، والحالة الاجتماعية، والحالة الوظيفية، وجَد الباحثانِ أن مستوى السعادة المُبلَّغ عنه بحسب العُمر اتخذ شكل حرف U المقوَّس، حيث يبدأ عاليًا في بداية مرحلة البلوغ، وينتهي عند نقطة أعلى في مرحلة الشيخوخة، ويصل إلى القاع عند سن السادسة والأربعين. وظهر هذا النمط في 72 دولة حول العالم، وكان متماثلًا عند النساء والرجال، وقد استبعَد تحليلُ العلاقة بين المتغيرات التفسيرَ المرتبط بالضغوط الناتجة عن الأمومة والأبوة. لقد كان مُنحنى U متفشيًّا ومكينًا وحقيقيًّا من الناحية النفسية، وكان لدى أزمة منتصَف العمر فرصة جديدة للانتعاش في سن السادسة والأربعين.

كان هنالك مجالٌ للشك. لكن، وعلى وجه الخصوص، لا يُمكن لدراسة مستعرضة أن تدحض «تفسيرًا جمعيًّا» يُفسَّر فيه منحنى U وَفقًا لمسارات حياتية متماثلة لأفراد وُلدوا في زمنٍ معيَّن، وليس وفق العُمر وظروفه المصاحبة. قد يتصوَّر المرء، على سبيل المثال، أن

(27) David Blanchflower and Andrew Oswald, "Is Well-Being U- Shaped over the Life Cycle?" *Social Science & Medicine* 66 (2008), 1733– 49.

أزمات منتصَف العمر في الستينيات لم تكن تُفسَّر حسب منتصَف العمر بحد ذاتِه، وإنما من خلال تجربة بلوغ هذا العمر وسط زوبعة ثقافية مُضادة لم يكن للفرد مكانًا فيها. وأنَّ أزمات الوقت الحاضر تبدَّلت بفعل اللامساواة المتزايدة، والركود الاقتصادي، وتقلُّص فرص العمل. السياق الاجتماعي مهم؛ لكنَّ بلانشفلاورد وأوزوالد استدركا هذا، حيث اعتُمد منحنى U في دراسات طولية تتتبع ذات الأفراد عامًا بعد عام[28]. فمصدر هذا المنحنى هو ما يجري لنا حينَ نتقدم في السن، وليس الاختلافات في تاريخ الميلاد أو حالة المجتمع.

والاعتماد الأغرب، نوعًا ما، جاء من دراسة ظهرت عام 2012 عن القردة العُليا[29]؛ حيث طلبَ الباحثون من حُرّاس حدائق حيوانات، ومتطوعين ومقدمي رعاية، تقييمَ المزاج والرضا الاجتماعي، وتحقيق الأهداف عند مجموعتين من قردة الشمبانزي، ومجموعة واحدة من قردة إنسان الغاب، جميعها في أعمار متفاوتة. وفي مُنعطفٍ مُبهج، «طلب البند الرابع من المُقيِّمين بيان مدى السعادة الذي سيبلغونه في حال كانوا عيّنة الدراسة لمدة أسبوع» (حسب المفترض، سيكون من البائس الاستيقاظ في جسد قردا!). وبرغم صعوبة الإجابة على أسئلة كهذه، فإن التطابق بين المقيِّمين يشير إلى أن البيانات ليست ذاتية. ومع مراعاة الجنس والعيّنة، وجَد

(28) Terence Cheng, Nattavudh Powdthavee, and Andrew J. Oswald, "Longitudinal Evidence for a Midlife Nadir in Human Well- Being: Results from Four Data Sets," *Economic Journal*, forthcoming.

(29) Alexander Weiss, James E. King, Miho Inoue-Murayama, Tetsuro Matsuzawa, and Andrew J. Oswald, "Evidence for a Midlife Crisis in Great Apes Consistent with the U- shape in Human Well- Being," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 109 (2012), 19949– 52.

الباحثون في مجال القردة أن مستوى السعادة حسب العمر بين القردة العليا يتخذ شكل حرف U المقوَّس.

قد يكون الشيء الأكثر لفتًا للنظر حول المحتوى المنشور في دوريّة «وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم» (PNAS) هو العنوان: «دلائل على وجود أزمة منتصَف العمر عند القردة العليا بشكلٍ يتوافق مع منحنى U المُلاحَظ عند الإنسان». وعلى نحوٍ غير مستغرب، تردَّد صدى هذا العنوان الطنّان في التقارير الإعلامية، بدايةً من ناشونال جيوغرافيك وحتى شبكة بي بي سي، وتقريبًا في كل صحيفة رئيسة: «تمرُّ القردة بأزمة منتصَف العمر أيضًا». وبناءً على هذا التفسير الجديد، فإن أزمة منتصَف العُمر لا تتمثل في القلق العاصف كما تصوِّره الأسطورة الأصلية، إنما هي تراجُعٌ متوقّعٌ في مستوى الرضا عن الحياة يطرأ عند بلوغ منتصَف العمر.

هكذا سنصوِّر أزمة منتصَف العمر في الفصول القادمة: إنها مرحلة من التعاسة النسبية المرتبطة بمنتصف العمر. وفي الوقت ذاته، لا يخرج منحنى U عن سياق الحالات الأكثر تطرفًا. فعندما يصل متوسط الرضا عن الحياة إلى أدنى مستوياته عند سن السادسة والأربعين، ويكون هناك اختلاف عن المعدل الإحصائي –نسبة معينة من الناس تكون فوق المتوسط، ونسبة أخرى تكون أقل من المتوسط– فإننا نتوقع أن تبلغ الصدمة العاطفية ذُروتها عند هذا العمر تقريبًا. هذا ما أدركه بلانشفلاور وأوزوالد؛ حيث وجَدا، بعد ملاحظة مدى حدوث الاكتئاب والقلق في أحد مسوح القوى العاملة في المملكة المتحدة، أن احتمالية الإصابة بهاذيْنِ الاضطرابيْنِ ارتفعت عند سن الخامسة والأربعين تقريبًا، بمعدل

أربعة أضعاف الاحتمالية عند المراهقين وثلاثة أضعافها عند البالغين الأكبر سنًّا. وعليه، فإنّ احتمالات الانهيار ترتفع بشكلٍ ملحوظ في منتصَف العمر، حتى وإن نجا الأكثرية من هذا النمط.

تستحضرُ محاولاتُ تفسير منحنى U، وإن كانت أوليّة، الصورةَ النمطية التقليدية. ولعلّ المحاولة الأبرز في استحضارها هي تلك التي تعود إلى الاقتصادي الألماني هانيس شوانت. فحَصَ شوانت بيانات طولية تتتبع 23,000 شخص، تتراوح أعمارهم بين السابعة عشرة والخامسة والثمانين، من 1991 إلى 2004. وسُئل الأشخاص عن المستوى الحالي لرضاهُم العام عن الحياة وعن المستوى الذي يتوقعون بلوغه خلال خمس سنوات. فلاحظ شوانت أن الأفراد الأصغر سنًّا يميلون إلى المبالغة في تقدير مُستوى الرضا الذي سيبلغونه، بينما يقلِّل متوسطو العمر من تقدير السِّن المتقدِّم. وبناءً على ذلك، يكون منتصَف العمر أسوأ من المتوقع، وتخبو فيه الآمال المستقبلية في الوقت ذاته؛ ومِن هنا تنشأ الذروة الكئيبة في منحنى U. اقترحَ شوانت نموذجًا رياضيًّا يكون فيه الرِّضا المُعاش دالّةً على مدى جودة الحياة وقتها، إلى جانب التفاؤل بشأن المستقبل وخيبة الأمل من الحاضر. ويكتب: «بالإجمال، تُفيد هذه النتائج بأن الرضا الوظيفي (والرضا العام عن الحياة) يأخذ شَكل U خلال العُمر بسبب التطلُّعات غير المحقَّقة التي تُقابَل بالحسرة والندم في منتصَف العمر، ويُزهَد بها أثناء الشيخوخة على

نحوٍ مجدٍ وبلا أسفٍ بالغ»[30]. مفتاح السعادة إذن يكمن في إدارة المرء لتوقعاته (يبدو أن هذا هو الوقت المناسب لتحذيرك بأنك تقرأ كتابًا متواضعًا جدًّا).

يجد تفسير شوانت صداه عند إليوت جاك وشيهي، وليفنسون وغولد؛ إذ يُعيدُنا إلى ما قبل نموذج MIDUS. ولكنَّه لم يُقنع الجميع برغم أنه يبدو كأرضية مشتركة مُقنعة؛ حيث يستمر الجدل بشأن وجود منحنى U المختلَق وأهميته. فقد صرَّحت سوزان كراوس وايتبورن بأن أزمة منتصَف العمر أسطورة بعدما أجرَت دراستها الاستقصائية الخاصة على خمس مئة فردٍ بالغ لم يحاكوا اكتئاب منتصَف العمر المتعلق بالرضا العام[31]. وأضافت وايتبورن اختبارَيْن آخرَيْن، أحدهما يطلب من المُستجيبين تقييمَ مقدار شعورهم بوجود معنى في حياتهم الحالية، والآخر يطلب منهم تقييم مدى بحثهم عن ذلك المعنى. وقد انخفض مستوى البحث عن المعنى انخفاضًا شديدًا بدايةً عند مَن هُم في الثلاثينيات من عمرهم إلى مَن هم في الأربعينيات، والخمسينيات، والستينيات، ثم ارتفع وجود المعنى باطراد. وعليه، تزعم وايتبورن بأنه لا يوجد ما يدعو للقلق بشأن التقدُّم في السِّن عندما يتعلق الأمر بوجود معنى في الحياة.

(30) Hannes Schwandt, "Why So Many of Us Experience a Midlife Crisis," *Harvard Business Review*, April 20, 2015, https:// hbr .org /2015 /04 / why -so -many -of -us -experience -a -midlife -crisis

(31) Susan K. Whitbourne, Taylor R. Lewis, and Seth J. Schwartz, "Meaning in Life and Subjective Well-Being across Adult Age Groups," paper presented at the 2015 Annual Convention of the American Psychological Association.

وهكذا بلَغَت أزمة منتصَف العمر الخمسين واستعادت عافيتها، غير أنَّ حظوظها مُبهمة، تمامًا مثلما سيحصل لي عندما أبلغ الأربعين؛ أستاذ جامعة مُثبَّت ولدي زوجة وطفل، وكتابان، وبضعةٌ وعشرون مقالًا مطبوعًا. إني أحب مهنة تدريس الفلسفة ولكن ليس بالحماسة التي كانت لديّ قبل عشر سنوات؛ حيث انتهت حداثة الإنجاز: أول نشر، أول محاضرة، أول يوم في الصف. سأُنهي الورقة التي أعكف على كتابتها؛ وستُنشَر في نهاية الأمر، وسأكتب أخرى. سأُدرِّس هؤلاء الطلبة؛ وسيتخرَّجون ويمضون قُدمًا؛ وسأُدرِّس آخرين. إن المستقبل نفقٌ من زجاج: يمضي ما تبقى من الحياة، بكل أشكاله، في مكانٍ آخر. سيكبر ابني، وسأشيخ أنا وزوجتي. وسيدبُّ الوهنُ في جسدي، وسيغدو ألم الظهر رفيقًا مخلصًا يلازمني كل حين. سيطعنُ والداي في السن وسيبلُغ الهرَمُ منهما مبلغه، وستتداعى صحتهما أكثر فأكثر. سأشعر بتناهي الحياة؛ فالسنين باتت معدودة وسيمضي الوقتُ سريعًا.

وقد يكون الوضع أسوأ. فقد أكره وظيفتي، أو قد أُطرَد منها، أو كلا الأمرين. ربما تكون زوجتي قد هجرتني، أو قد أنوي هجرها. وقد أتطلع إلى حياةٍ خاويةٍ بلا أبناء أو إلى أخرى تعجُّ بهم. أو قد أعيش في ظل الفقر، أو المجاعة، أو الحرب. إنَّني أُقِر بترَف أزمة منتصَف العمر بقدرٍ من الذنب والخجل. لِمَ لا أستطيع أن أكون أكثر امتنانًا لما لديّ؟ لكن هذه حياتي؛ فأنا في قَعر منحنى U وأحتاج إلى المساعدة، ولربما أنت أيضًا.

وهذا الكتاب يسعى لتقديم المساعدة بطريقةٍ ما. إنه عبارة عن كتاب في المساعدة الذاتية بوصفه محاولة لمساعدة نفسي، وآمَلُ أنْ يُساعدكَ ما يُساعدني أيضًا. كما أنه مقاربة لأزمة منتصَف العمر من الداخل، وهذه المقاربة فلسفية امتثالًا لمقولة «اكتبْ ما تعرف». فهل أزمة منتصَف العمر مستعدة للمرحلة الثانية من الإبداع الذي تخيله إليوت جاك؟ هل هي متأهبة لـ «ظهور مُحتوًى تراجيديٍ فلسفيٍّ» يستسلم في النهاية لسكينة سن الشيخوخة؟[32]

تراجيدي وفلسفي

حسب ما يُظهر تاريخنا الموجز، كان مشروع دراسات أزمة منتصَف العمر عملًا متعدد التخصصات؛ حيث جمَع الأطباء، وعلماء الاجتماع، وعلماء النفس، والصحافيين وغيرهم، ولكن غابَ عنهم الفلاسفة، حتى الآن على وجه الخصوص، على الرغم من أنهم كانوا يتبصَّرون في الرفاه والحياة الطيبة منذ بزوغ الفلسفة الغربية في أثينا قبل 2,500 عام. فقد كان كتاب «الجمهورية» لأفلاطون عبارة عن حوار حول دور العدل في صلاح الحياة الإنسانية. وفي كتابه «الأخلاق النيقوماخية»، المُسمَّى على ابنه نيقوماخوس، يزعم أرسطو أن الحياة الطيبة تنطوي على الفعل الصالح الموافق للعقل. وقد تبنّى علماء النفس مصطلحهُ عن السعادة أو الازدهار الإنساني (eudaimonia) لتمييز تحقيق الذات أو (السرور القائم

(32) Jaques, "Death and the Mid- Life Crisis," 504.

على الفضائل) عن تجربة اللذّة أو «السرور القائم على المتعة»[33]. ولكن ما يظهر في هذه الأدبيات ليس إلا محاكاة هزيلة، لأن حجج أرسطو لم تُخضَع للنقاش.

لا أقصد أن أتذمر، ولكن نادرًا ما كان الفلاسفة يتناولون أزمة منتصَف العمر، على الأقل ليس بالاسم، برغم أنهم قد قاسَوها في غالب الأحوال. فلقد مرّوا بأخدود منحنى U، ولكنهم، في الغالب، لم يكونوا فلاسفةً حياله. (الاستثناء المشرِّف هو كريستوفر هاميلتون، الذي كانت مذكراته الساحرة، Middle Age **منتصف العمر**، أحد مصادر الإلهام لهذا الكتاب). إذا كانت الأسئلة التي نربطها بأزمة منتصَف العمر هي أسئلة وجودية حول القيمة والمعنى في الحياة، فلماذا تجاهلها الفلاسفة؟ لا أظن أن الأمر صدفة. فبصرف النظر عن الاستخفاف بالحقائق القاتمة عن التقدم في السن والضعف الجسدي في معظم الفلسفة الغربية، فإن المشكلات المتعلقة بفَهم منتصَف العمر تقدِّم نفسها لمجالات أخرى. حيث يفتقر الفلاسفة إلى الخبرة اللازمة لعمل دراسات تجريبية عن تجربة منتصَف العمر، برغم أن هناك ما ينبغي فعله ضمن فلسفة العلوم الاجتماعية بشأن المنهجية والأسس المفاهيمية لأنواع الاستقصاء المُتَّبعة في مشروع MIDUS وغيره من المشاريع. وحيث إن أزمة منتصَف العمر لها تاريخ، وحالة اجتماعية وديموغرافية، تتنوع حسب العِرق والجنس والطبقة الاقتصادية، فإن الفلاسفة يتقصون عن

(33) Richard M. Ryan and Edward L. Deci, "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being," *Annual Review of Psychology* 52 (2001), 141– 66.

الأسئلة التي تبدو أزليّة وعموميّة. فهنا أفلاطون وأرسطو يتساءلانِ: «ما أمثلُ حياةٍ للإنسان؟» وفي كتابه «نقد العقل المحض»، يُشدِّد إيمانويل كانط، أعظمُ فلاسفة عصر التنوير على الأرجح، على أن «الاهتمام الكلي للعقل، أكان العقل النظري أو العقل العملي»، يُختزل في ثلاثة أسئلة: «ماذا بوسعي أن أعرف»؟ و«ما الذي يجب عليَّ فعله»؟ و«ماذا عساي أن أرجو»؟[34]. ومن المفارقة أن عموميّة الأسئلة تَظهرُ هنا بضمير المتكلم، بعدِّها أسئلةً يطرحُها أيُّ أحدٍ.

بيدَ أن هذه الأسئلة ليست أزليّةً بالرغم مما تبدو عليه. لا أعني أنها فُهمت بطرق مختلفة في فترات تاريخيّة مختلفة، برغم احتمالية أن يكون هذا صحيحًا. إنَّما أعني أنها تتطلب رؤًى زمنيةً خاصّةً. فعندما يسأل كانط: «ما الذي يجب عليَّ فعله»؟ فإنَّ توجُّههُ مستقبلي، ومُتطلع، وأسلوبهُ براغماتي. وعندما يسأل أرسطو «ما هو الازدهار الإنساني»؟ فهو يتصوَّر استحضارَ حياةٍ كاملة من نقطةٍ خارجَها؛ حيث إن سؤال الحياة المثلى للإنسان هو سؤالٌ يُطرح عن الحياة بوجه العموم. ولهذا، يقتبس أرسطو مقولةَ السياسي الأثيني، سولون، «لا تقُلْ في وصف امرئٍ إنَّه سعيد حتى يموت»، ويخشى أنَّ ترقّب نهاية الحياة قد لا يكفي للحكم على سعادة الإنسان[35]. فما يحدث بعد موت المرء لا ينفصل عن الحياة التي عاشها، أكانت مثالية أم لا. فقد نقول عن أحدٍ خلَّف وراءه إرثًا مهترئًا: «يا للمسكين، انظروا لما حلَّ بالمشاريع التي أسَّسها».

---

(34) Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, trans. Paul Guyer and Allen W. Wood (Cambridge: Cambridge University Press, 1998), A805/B833.

(35) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, trans. W. D. Ross and Lesley Brown (Oxford: Oxford University Press, 2009), 1100a10- 1101b9.

لكن لا السؤال الاستباقي عمّا ينبغي فعله، ولا السؤال الاسترجاعي البرّاني عن الحياة الطيبة للإنسان يستوعبانِ مأزقَ منتصَف العمر؛ فكلاهما لا يقع بالضرورة ضمن حياة لها ماضٍ ومستقبلٍ ذوَيْ معنًى ويستوجبانِ المواجهة. كما أن التأمُّل العكسي في منتصَف العمر يكون محدودًا؛ لأنك تراقب جزءًا جوهريًّا واحدًا وليس الكل. فالسؤال لا يقتصر على معرفة ما ينبغي فعله، وإنما ما الذي فعلته؟ وما الذي لم تفعله؟ كيف تشعر؟ وكيف تنظر لنفسك؟ ثمة مشكلات بارزة تنشأ من وقتية منتصَف العمر، ومِن توجّهاتنا المتعددة نحو الماضي والمستقبل، ومن تعاملنا مع الاحتمالات غير المُحقَّقة أو الافتراضات المخالِفة للواقع، ومن نطاق الحياة وحجم الخطط التي تشغلها. ولن يُكشَف الستار عن هذه المشكلات إن نحنُ اكتفينا بالسؤال عمّا ينبغي فعله وعمّا يُشكِّل الحياة المثالية، وهذه هي المشكلات التي سأسعى لمعالجتها. والعلاج هو شكل من أشكال العلاج المعرفي. فبالرغم من الإهمال الذي لاقته مرحلة منتصَف العمر في الفلسفة، فإن هناك بعض الرؤى الفلسفية التي من شأنها أن تستجلي منتصَف العمر، وتحُرِّرُنا من أمراض القيمة، وتبيِّن لنا متى تكون غير محتومة، وتُكيِّفنا إن كانت كذلك. إنَّ لدى الفلاسفة ما يُعلِّمونه ويتعلَّمونه، أيضًا، بشأن أزمة منتصَف العمر. وسعيي لهذه الأفكار هو سعيٌ شخصيٌّ واستبطانيٌّ؛ لا أتبع فيه أسلوب العلوم الاجتماعية المنهجية، وإنَّما أسلوب الملاحظة الدقيقة للتجربة المُعاشة. وما يُثير اهتمامي هي الأسئلة الدالّة على أزمة منَتصَف العمر. كيف ينبغي لنا أن ننظر للفرص الضائعة، وللندم والإخفاقات، ولمحدودية الحياة ولطوفان الأنشطة التي تُغرقنا فيه؟

تدور أزمة منتصَف العمر، حتى وإنْ كانت غير منتشرة، حول السمات المرحليّة للحياة الإنسانية السائدة تمامًا: التناقص التدريجي للإمكانات، وإتمام الخطط أو تعطُّلها، وتراكم الخبرات الحياتية. وهذا يحدُث، نوعًا ما، من طابع الإفراط في تكريس الاهتمام على مأزق الموسرين وأصحاب الامتياز. فحسبما تقول غيل شيهي: «إن المرور بأزمة منتصَف العمر أمرٌ مكلف»[36]. ولم تُجانب الصواب تمامًا في قولها هذا؛ حيث يظهر منحنى U في الدول النامية على نحوٍ أقلّ مما هو عليه في دول أمريكا الشمالية وأوروبا[37]. ولكن برغم وجود بعض الوقفات في هذا الكتاب التي قد تأخذك إلى وسم #firstworldproblems (#مشكلات-العالم-الأول)، فإن المسائل التي يتناولها عامّة تمامًا. وسنتتبع جذورها المتأصّلة في علاقتنا بالمجهول، والافتراضات المنافية للواقع، والمستقبل، والماضي.

سيترتب على هذا بعض خيبات الأمل؛ ذلك أنِّي مهتمٌّ بالأسئلة المجردة المعنيّة بالمعرفة، والقيمة، والزمن. وليس لديّ ما أقوله عن السيارات السريعة والعلاقات الطائشة؛ ليس بتاتًا، كما سترى في الفصل السادس، ولكن ليس كثيرًا. وإن كان هذا سيحُول دون إكمالِك قراءة الكتاب، فأقدِّم لك اعتذاري. (يوجد ملحق يقدم نصائح عن كيفية إغواء جارك/جارتك). كما لن أتناول البنية الاجتماعية لأزمة منتصَف العمر، وعلاقتها بالعِرق، والجنس، والظروف السياسية. قد يُسهم الفلاسفة في هذه المسائل، ولكنها ليست اهتمامي الرئيس. وممّا لا شكَّ فيه أن ثمة اختلافات جيليّة

---

(36) Sheehy, *Passages*, 401.

(37) Blanchflower and Oswald, "Is Well- Being U- Shaped?", 1741.

وجغرافيّة في تجربة منتصَف العمر، وفي عمق منحنى U وشكلِه، ولكن التحدّيات التي ستُثير حيرتنا مستقلّة عن ذلك إلى حدٍّ بعيد؛ إذ إنها تتمحور حول الشروط الأساسية للحياة الإنسانية.

ما الذي يُقدِّمه الكتاب، إذن؟ بما أن الأساليب الفلسفية تتعلق بالتفكير والمنطق، فسيكون هناك تحليلات ومحاججات. لا يُمكنني، بالطبع، أن أسرد نتائج مُبرهنًا عليها في مختبر الفلسفة، وأطلب منك الأخذ بها؛ إذ لا يوجد نتائج كهذه. ولكني سأبرهن على تحليلاتي كتلميذٍ مبتدئٍ في صف الحسابيات. حيث سنتبع، بين حينٍ وآخرَ، طريقة تفكير معينة بُغية الكشف عن محدوديتها، وسنسعى لفعل ما هو أفضل. وإن كان ثمة اختصاص للفلسفة، فهو اختصاص الإقناع الصريح غير المضلِّل. فمثلما هو الحال مع العلاج النفسي، لا ينبغي أن تقبل إلا ما يسعُك التثبُّت منه بنفسك. الفرق هو أن المُعالج فيلسوف والمريض ضحية افتراضية لمنتصف العمر. وسأعتمد في تكوينه على تجربتي الخاصة وعلى دراسات الحالة، بدءًا من فيرجينا وولف ووصولًا إلى سيمون دي بوفوار.

سنتناول أولًا عينة دراسة مُستبعدة إلى حدٍّ ما، وهو المفكِّر الفيكتوري والناشط الاجتماعي جون ستيوارت ميل. وسأعرِض عند تقصيّ انهياره النفسي، الذي كان أزمةً ملحمية وغير مألوفة في آن، أساليبَ الفلسفة الأخلاقية واستعمالاتها في مساعدة الذات. كما سأوضِّح معنى أزمة منتصَف العمر بتبيان ما لا ينطبق عليها، وسأُشخِّص وأعالج أول أشكالها الكثيرة. إنَّ حياة ميل ليست شَذوذًا؛ وسيظلُّ شبحهُ يطاردنا حتى النهاية.

2

هل هذا كلُّ ما في الأمر؟

كانت الحياة المبكرة لجون ستيوارت ميل استثنائيةً بقدرِ ما كانت بائسةً. وُلد جون عام 1806، وكان والدُه هو المؤرخ والسياسي والاقتصادي والفيلسوف الأسكتلندي جيمس ميل، الذي كان تلميذًا لجيرمي بينثام، أول النفعيين الأخلاقيين الكبار، وصاحب المُسلَّمة الشهيرة، «مقياس الصواب والخطأ هو تحقيق أقصى قدرٍ من السعادة لأقصى عددٍ من الأفراد»[1]، حيث لا أهمية للماضي أو التقاليد: يجب على مؤسسات المجتمع تلبية مصالح كلّ فرد تتصلُ به، وكل ما لا يزيد من سعادتنا يجب تغييره.

التقى جيمس ميل بجيرمي بينثام عام 1808، وما لبث أن تبنّى مبادئه كلها. في ذلك الحين لم يكن جون ستيوارت قد بلغ عامهُ الثاني، وآنذاك استُفتِحت واحدة من التجارب الاستثنائية. فبناءً على مبدأ «الأقربون أولى بالمعروف»، صمَّم جيمس ميل تعليمَ ابنه بما يتماشى مع مبدأ تحقيق أقصى قدرٍ من السعادة لأقصى عددٍ من الأفراد؛ بحيث يُنشأ نشأةً تُمكِّنه من إحداث فرقٍ في العالم.

---

(1) Jeremy Bentham, *A Fragment on Government* (Cambridge: Cambridge University Press, 1988), 3.

وقد حققَّت التجربة، بتعبير أشعيا برلين، «نجاحًا مريعًا»[2]. لقد حققت نجاحًا لأن جون ستيوارت ميل أصبح الفيلسوف والمُفكِّر البريطاني الأكثر تأثيرًا في القرن التاسع عشر. وكان هذا النجاح مريعًا بسبب الوحدة والعزلة اللتيَن قاساهما في سنواته الأولى؛ إذ حُجِب ميل عن الأطفال الآخرين وحُرِم من التفاعل معهم، وكان يتعلَّم بوتيرةٍ مُدهشة. حيث تعلَّم اليونانية في سن الثالثة، واطَّلع على أعمال أفلاطون في سن السابعة، وتعلَّم اللاتينية في سن الثامنة، ودرَس الأصول الرياضية لنيوتن في سن الحادية عشرة؛ وقضى سنين المراهقة في دراسة المنطق، والاقتصاد السياسي، وعلم النفس، والقانون، ثم عرَف بينثام واطَّلع على الفلسفة في سن الخامسة عشرة. وفي سن العشرين، عانى جون ستيوارت ميل، المفكِّر البارع ابن أبيه، من انهيارٍ عصبيٍّ شديد.

قد يبدو من غير المؤاتي مناقشة حالة ميل هنا، في كتابٍ عن أزمة منتصَف العمر، أو استخلاص الفوائد من تجربته؛ لا سيَّما أنه كان يافعًا عندما عانى الاكتئاب الذي حكى عنه في سيرته الذاتية. ولكن في هذا الجانب، كما في جوانب أخرى كثيرة، كان ميل سابقًا لأوانه؛ فأزمتهُ قد تكون أزمتك. وما يميزها هو خضوعها للتأمل الفلسفي الرصين؛ حيث سعى ميل إلى تحليل انهياره وتعافيه، مستخلصًا بعض المبادئ من الفلسفة الأخلاقية، وهذه سابقة لمقاربتي في هذا الكتاب.

---

(2) Isaiah Berlin, "John Stuart Mill and the Ends of Life," *Four Essays on Liberty* (Oxford: Oxford University Press, 1990), 175.

في الوقت ذاته، أعترف بأن بعضًا ممّا جرى لميل لا يقتصر على منتصَف العمر؛ حيث إن تفسير محنة ميل يستدعي دراسة مكثفة لفلسفة الأخلاق، وهو ما يُمهّد لما تبقى من الكتاب. سوف نستكشف طبيعة السعادة ومسعاها، وسنقارن أزمة منتصَف العمر بسقوطٍ أعمق في العدمية. كما سنحلل الأنواع المختلفة للقيمة التي قد تتحلى بها الأنشطة التي نمارسها. وسنجد في تجربة ميل أزمةً قد نتشاطرها. ربما لم نحظَ بطفولة كطفولته، ولكن من المحتمل أننا كنا تحت وطأة الالتزامات المُلحة، والساعات المُستنفدة في تلبية متطلبات العمل والمنزل، ولربما سألنا أنفسنا، هل هذا كلُّ ما في الأمر؟ سنتناول هذا السؤال أدناه بمساعدة من ميل.

بدأت قصة اكتئاب ميل، برغم عظمتها، ببدايةٍ مشؤومة وهو يصف حزنه بعباراتٍ قاسيةٍ وكئيبة.

> «كنتُ متبلّد الشعور، مثلما يحصل لأي امرئٍ بين حينٍ وآخر، جامدًا لا أقوى على الاستمتاع أو الشعور بالبهجة؛ إنها الحالة المزاجية التي تُحيل كل ما هو مُبهج في أوقاتٍ أخرى إلى شيءٍ مُبتذلٍ وتافه. في تلك الحالة، خطر لي أن أسأل نفسي هذا السؤال: «افترض أنكَ حققتَ كل أهداف حياتك؛ وأن كل تغيير تتطلع إليه في المؤسسات والآراء قد تحقق في هذه اللحظة: أكان هذا سيغمرُك فرحةً وسرورًا؟ فأجابني بوضوح صوتٌ داخليٌّ لا سبيل إلى كبته بـ«لا!»»[3].

(3) John Stuart Mill, *Autobiography* (London: Penguin, 1989), 112.

تكمن المعضلة في سؤال لماذا. لماذا يكون تحقيق المرء لأعمق رغباته وأكبر طموحاته مدعاةً للفتور واللامبالاة؟ ما الخطأ الحاصل؟ قد تقول: الأخطاء كثيرة؛ حيث إن ميل المسكين قد حُدِّد له مساره المهني بتأثيرٍ من والده المتسلِّط، فأنَّى له أن يشعر بملكية حياته؟ وبالاستقلالية أو الأصالة؟ لا عجب أن يكتب ميل لاحقًا كتابًا عن «الحرية» (On Liberty) ليجادل فيه بشأن الحكم الذاتي وحرية الفكر.

ثم يأتي شعور العزلة، وندرة العلاقات المقرَّبة، والرغبة في المؤانسة. وفي هذا الصدد، على الأقل، تنتهي قصة ميل بنهايةٍ سعيدة. ففي عام 1830، التقى جون ستيوارت ميل بحبِّ حياته، هارييت تايلور، وهو في الخامسة والعشرين من عمره. لقد كانت متزوجةً حينذاك، ولكنهما أصبحا صديقَيْنِ، وكان ميل يصف هذه الصداقة بأنها «أعزُّ صداقة في حياته»[4]. وبعد وفاة زوجها في عام 1851، تقدَّم ميل إلى خطبتها وهي بدورها قبِلتْه زوجًا، فتزوَّجا. وفي سيرته الذاتية، تحدث ميل عن تشاركهما في الكتابة، قائلًا: «ليس خلال سنواتنا الزوجية فحسب، بل خلال كثير من سنوات صداقتنا المتينة التي سبقتها، كل كتاباتي المنشورة كانت نتاجَها بقدر ما كانت نتاجي»، بما في ذلك كتاب «الحرية» (On Liberty) و«إخضاع النساء» (The Subjection of Women)، في حين «كانت مَواهبها الفكرية تدعم طبيعتها الأخلاقية ضمن أفضل وأعلى

(4) Mill, *Autobiography*, 145.

مستوى من التوازن شهدتُهُ في حياتي»[5]. لقد كانت قصتهما واحدة من القصص الرومانسية الزاخرة بالفِكر والرجاحة.

لكن وبالرغم من تأثير هذه العلاقة «اللامحدود تقريبًا»[6] على تطوُّره العقلي، لم يذكر ميل أن علاقته هذه داوَت انكسارَه، كما لم يُشِر إلى أنَّ الوحدة كانت باعثها. بل كان يُلمّح بمكرٍ إلى بعض الصعوبات الأبوية، حيث يقول: «بعثَرَ بصيصُ نورٍ ضئيل عَتمة كآبتي حينما كنت أقرأ، مصادفةً، مذكرات جان فرانسوا مارمونتيه، فوصلتُ إلى فقرةٍ تتعلَّق بوفاة والده ووضْع أسرته البائس من بعده، وبالإلهام المُفاجئ الذي جعله يشعر، وهو بعدُ صبيًّا، بأنه سيكون كل شيءٍ لهم، وجعل أسرته تشعر بذلك أيضًا: سيعوضهم عن كل ما فقدوه»[7]. قد تكون هذه العلاقة مادةً مهمّة للمعالجين، ولكنها مرةً أخرى، ليست جزءًا من تشخيص ميل الذاتي. إذ عزا أزمتَه لسببين، كلاهما جدير بالاهتمام، وكل واحدٍ منهما له ماضٍ فلسفي.

لنفسي فحسب

يحكي ميل عن تحوُّلَيْنِ بارزَيْنِ في تفكيره كان قد لاحظهما أيّان انتعاش مشاعره. والتحوُّل الأول هو، كما جاء على لسانه:

«لم أشكّ لحظةً في أنَّ السعادة اختبار لقواعد السلوك كلِّها، وأنَّها غاية الحياة. ولكنني أدركتُ الآن أن بلوغ السعادة

(5) Mill, *Autobiography*, 184, 147.

(6) Mill, *Autobiography*, 148.

(7) Mill, *Autobiography*, 116- 7.

لا يتحقق إلا إذا كففنا عن جعلها الغاية المقصودة في ذاتها.
والسعداء (كما ظننتُ) هم وحدهم من تكون أذهانهم
منصبّةً على مقاصدَ أُخرى غير سعادتهم هم، كأن تكون
منصبّةً على سعادة الآخرين، أو على تحسين حال البشرية،
أو حتى على أيّ مهارة أو صنعة يزاولونها دون أن يعدُّوها
وسيلةً، بل غايةٌ مُثلى في ذاتها. وهكذا يُدركون السعادة في
طريقِهم وهم يمضون في مسعًى آخرَ»[8].

إنَّ حكمة ميل هنا تحمل اسمًا، وهو مفارقة الأنانية «the paradox of egoism»، التي يعود تاريخها على أقل تقدير إلى المواعظ التي كان يعظُ بها جوزيف بتلر في كنيسة رولز في لندن، وقد نُشرَت في كتاب عام 1726[9]. كان الأسقف بتلر يعتقد أنّ من شأن الأنانية، أو سعي المرء لسعادته وحده دون غيره، أن يحول منطقيًّا دون بلوغها، علاوة على أن هذا المسعى يتعارض مع تحقيق السعادة. فعلى غِرار ميل بعد التحوُّل، كان بتلر يعتقد أنَّ مِن الشروط الأساسية للسعادة اهتمامَ المرء بغيره. وهذا لا يعني أن تكون غيريًّا، فما تهتم به قد يكون كرة البيسبول أو الفلسفة أو أشخاصًا معينينَ، كعائلتِكَ أو أصدقائكَ، وليس البشرية جمعاء. وعندما تهتم بشيءٍ ما على هذا النحو، فإنّه لا يكون محض وسيلة تستلغها لصالحك؛ حيث إن تناميه يمنحُكَ البهجة، وبهذا تزداد

(8) Mill, *Autobiography*, 117.

(9) Joseph Butler, *Five Sermons*, ed. Stephen Darwall (Indianapolis: Hackett, 1983).

مصادر السعادة، وإن ازدادت معها مصادر الضعف أيضًا. هذه هي فكرة ميل.

أعتقد أنها فكرة جيدة. فلنسمِّها القاعدة الأولى لتفادي أزمة منتصَف العمر: اهتم بغيرك. فلو اقتصر اهتمامك على رفاهيتك، وكنت مهووسًا بذاتك هوسًا مُطلقًا، فإنك لن تجد كفايتك من منابع السعادة. وهذه حقيقة تستحق التأمُّل في قاع منحنى U، حيث يصعب نيل الرضا. من الطبيعي أن تتعامل مع هذا الوضع بالسعي الحثيث للسعادة، جاعلًا إيّاها هدفكَ الرئيس. ولكنَّ المفارقة هي أنّكَ بحاجة إلى فعل العكس؛ إذ يتعيّن عليك الاهتمام بأمورٍ أخرى. غير أن هذه نصيحة لا تُتَّبع على الفور، لأنه ليس بمستطاعك إيثار الشغف بما يُشعرك بالملل، ولكنها مع ذلك نصيحةٌ مجديةٌ. حيث يُمكنك أن تقرر الانغماس في أمورٍ قد تُفضي بك إلى الاهتمام بها وبذلك تبدأ في تغيير حياتك. من يدري، ربما تُلهمك القراءة عن الفلسفة في منتصَف العمر لشغفٍ جديدٍ ودائمٍ. وأنا أنصح بهذا، برغم أنك قد تجد اهتمامات أخرى كذلك.

ومثلما توقفنا عند مفارقة الأنانية، من الجدير أيضًا التوقف للرد على أولئك المتهكمينَ الذين يُنكرون أن الرغبة الغيريّة ممكنة حتى. حيث يُصِرّ هؤلاء «الأنانيون النفسيون»، الذين يُشيدون بأنفسهم نظير واقعيتهم الصريحة جدًّا، على إعادة تفسير السلوك الإيثاري البيّن على أنه وسيلة مُبطنّة للسعادة، مثل سلوك «الرجل الذي يضحي بحياته لحماية تُحفٍ أثرية معرَّضة للخطر فيما يحاول

إخفاء موقعها[10]، والمرأة التي تتبرع بكليتها لرجلٍ غريب»[11]. وهذا يضطرهم إلى عزوٍ مثل تلكِ السلوكيات إلى دوافع ومعتقدات يُنكرها الأفراد صراحةً. ففي الأعم الأغلب، لا يعتقد أولئك الذين يخاطرون بحياتهم من أجل الآخرين أنهم يفعلون ذلك لمصلحتهم الشخصية. إنَّ الأنانية النفسية نظرية تآمرية ضد الدافع الإنساني، ولا يوجد تقريبًا ما يثبت مصداقيتها. وخيرُ مثالٍ على ذلك هو ميل نفسه الذي لم تُصوَّر قط رغبته في الإصلاح الاجتماعي على أنها خطة تصبُّ في صالحه. حيث دأبَ على تحقيقها برغم اعتقاده أن من شأن ذلك أن يُصيبَه بالتبلُّد. فحتى وهو في صميم يأسه، لم يكفَّ ميل عن الرغبة في تغيير العالم للأفضل أو عن السعي إلى تحقيق ذلك الهدف.

غير أنَّ هذا يخلق لدينا معضلة. فمهما يكن فهمك لمفارقة الأنانية، من الصعب معرفة كيف يمكن أن تنطبق على ميل. إذ لم يكن يعاني الانكباب المفرط على نفسه، بل العكس تمامًا. حيث أنه لم يكن يريد شيئًا سوى تحقيق أقصى قدرٍ من السعادة لأقصى عدد من الأفراد، مساويًا حياته بحياة الآخرين. فلم يكن بحاجة إلى تعلُّم درس المفارقة، ومع ذلك حلَّت عليه الأزمة. وعليه، فإن التشخيص الأول لميل غير دقيق رغم أنه مثيرٌ للاهتمام في حدِّ ذاته.

من الساخر ربما أن يكون مغريًا الإشارة إلى ما قد يُطلق عليها مفارقة الغيريّة (the paradox of altruism) فيما يخص انهيار

---

(10) "Beheaded Syrian Scholar Refused to Lead Isis to Hidden Palmyra Antiquities," *Guardian*, August 19, 2015.

(11) Larissa MacFarquhar, *Strangers Drowning* (New York: Penguin, 2015), 189- 91.

ميل، وليس إلى مفارقة الأنانية. ولا أعني بها المفارقة المزعومة المعنيّة بمعرفة كيف يكون السلوك الإيثاري ممكنًا حتى، إنما أعني المفارقة غير المسمّاة من قبل المُضمنة في حكمة جاكي روبنسون «لا تكون الحياة مهمّة إلا بتأثيرها على حياة الآخرين»[12]. من الوارد أن ميل الشاب كان سيتفق مع هذا، غير أن الفكرة مشوَّشة في آخر الأمر.

ولكي نرى التشويش في هذه الفكرة، يلزمنا أن نقتبس من الفلسفة الأخلاقية الفرق بين القيمة النهائية (final value) والقيمة الذرائعية (instrumental value). القيمة الذرائعية هي قيمة الشيء الذي يكون وسيلةً لغاية، كالقيمة التي تنطوي على التجارة أو الذَّهاب لطبيب الأسنان. هي أعمال قيِّمة، بلا شك، ولكننا لا نقوم بها إلا لأن تبعاتها المُمثلة في كسب المال أو علاج الأسنان تفوقها أهميةً وقيمةً. في المقابل، ما ينطوي على قيمة نهائية يكون فعلًا أو شيئًا قيِّمًا في ذاته بوصفه غاية لا وسيلة فحسب؛ فقيمته هي قيمة لا ذرائعية. خذ في الحسبان قيمة السعادة، بالنسبة للنفعي البنثامي، هي شيءٌ قيِّم حتى وإن صرفنا النظر عن آثارها.

ما يوحي إليه حديث روبنسون هو أن كل نشاط نفعله ينطوي على قيمة ذرائعية، فقيمة الفعل تكمن في آثاره على الآخرين. ولكن ما قيمة تلك الحيوات الأخرى والأنشطة التي تشغلها؟ إن كانت قيمتها ذرائعية أيضًا، فهي تعتمد على قيمة آثارها على الآخرين، وقيمة تلك الآثار تعتمد بدورها على آثارها على الآخرين، التي تعتمد

(12) Jackie Robinson, *I Never Had It Made*, with Alfred Duckett (New York: Putnam, 1972), 266.

بدورها على آثارها... تكون القيمة هنا معلّقة على الدوام. فحسبما يُؤكده أرسطو في بداية كتابه «الأخلاق النيقوماخية»، إذا كان تفسير القيمة ذرائعيًّا دائمًا، «فسوف تستمر العملية إلى ما لا نهاية، ما يجعل الرغبة عقيمة وفارغة»[13]. أمّا إذا كانت الحياة الإنسانية قيّمةً في ذاتها، بصرف النظر عن آثارها، حينها سيكون هناك جدوى من الغيرية أيًّا كانت فائدتها. ثمة قيمة في العمل لمصلحة الآخرين، لكن فقط في حال كانت هناك قيمة في الأنشطة الأخرى أيضًا. ومن هنا تأتي المفارقة: إن كانت الغيريّة هي الشيء الوحيد المنفرد بالقيمة، فلا يعد هناك ما هو قيِّم، ولن تكون الحياة جديرة بالعيش.

هل أنا متحاملٌ على روبنسون؟ ربما. كان من الممكن أن يوضِّح رأيه بشأن النوع الخاص من القيمة الذي يُشكِّل أهمية، لا بشأن ما هو قيِّم في الحياة الإنسانية؛ حيث إن هذا لن يخلق مفارقة. لكني لست الوحيد الذي يتوجَّس من التحوير الواقع على مفهوم الغيريّة الذي يعجز عن رؤية القيمة في أي شيءٍ آخر. انظر للنكتة المنسوبة للشاعر ويستن هيو أودن التي يقول فيها: «الشاعرُ أهلٌ لكل اختيالٍ إلا اختيال العامل الاجتماعي: «نحن هنا على هذه الأرض لمساعدة الآخرين؛ ماذا يفعل الآخرون هنا يا تُرى؟ لا أدري»»[14]. (اقتبس أودن النكتة من الممثل الكوميدي جون فوستر هال، أبُّ المرح، الذي كان يرويها منذ العشرينيات). ليس جنونًا أن نشكّ في أن

(13) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, trans. W. D. Ross and Lesley Brown (Oxford: Oxford University Press, 2009), 1094a20– 22.

(14) W. H. Auden, *Prose, Volume II: 1939– 1948*, ed. Edward Mendelson (Princeton: Princeton University Press, 2002), 347.

تطور ميل كان مشوَّهًا بنكران الذات الذي منعه من تمييز الأهداف البنّاءة للمسعى الإيثاري تمييزًا تامًّا. لقد كان هو العامل الاجتماعي بالنسبة لشاعر أودن.

ولكنِّي لا أعتقد أن مفارقة الغيريّة تهيمن على مأزق ميل. إذ لا يوجد ما يدعو للاعتقاد أن ميل شكَّ لحظةً في القيمة النهائية لتلبية الاحتياجات الإنسانية. فمن أهداف الإصلاح الاجتماعي الحدّ من المعاناة الإنسانية؛ وتحقيق ذلك الهدف له قيمة في ذاته، بغض النظر عن آثاره. ذلك أن في أنشطة العامل الاجتماعي قيمة تتجاوز القيمة الذرائعية.

إن أفلتَ ميل من مفارقة الغيريّة، فماذا بشأننا؟ لن أحاول تخمين شخصيتك ولا أريد أن أطلق أيّ أحكام مغلوطة، ولكن في حالتي، فأنا على يقين من أن أزمة منتصَف العمر لا تقوم على الغيريّة المفرطة، كما أنَّها ليست عدمية. فأنا أدرك، وأنا في قبضتها الأقوى، أن ثمة باعثًا للاهتمام بمن أحب، ولإتقان عملي قدر استطاعتي، ولإصلاح الأمور من حولي، ولأن أكون مسؤولًا، ولأن أفعل الخير وأكفَّ عن الشر؛ فالعالم لم يخلُ من القيمة بعد.

ولكن ما من شك في أن ردود الفعل قد تكون أكثر تطرفًا. ففي الأزمة التي يرويها ليو تولستوي في «اعترافاته»، نجده يسألُ سؤالًا مماثلًا لذاك الذي صعق ميل عن تحقيق المرء لطموحاته، دون أن يجد له جوابًا: «حسنًا، ستكونُ أشهَرَ من غوغول أو بوشكين أو شكسبير أو موليير أو من كُتّاب العالم أجمع؛ فما الطائلُ من

هذا؟»[15]. وقَع تولستوي في هذه الدوامة وهو يُناهز الخمسين، على عكس ميل الذي عايشها شابًّا، فكانت أشدُّ وقعًا عليه، إذ يقول: «آلت حياتي إلى الجمود، فكنت أتنفس وآكل وأشرب وأنام، ولم يكن لي بدٌّ من كلِّ هذا، بيدَ أن الحياة لا أثر لها داخلي، ذلك أنّي لم تكن لدي أيّ رغبةٍ أستطيع أن أعُدَّ إشباعها فعلًا سديدًا»[16]. من الوارد أن نشعر بأنَّ لا شيء يستحق الفعل، ولكن لم يكن هذا هو الحال مع ميل، كما أنّي لم أواجه هذا الواقع، وأرجو ألّا تواجهه أيضًا.

إنّ أزمات منتصَف العمر الخاصة لا ترتكز على وجود ارتيابٍ عام بشأن الغايات أو القيم، ولا على شكوكٍ فلسفية أساسية لا علاقة لها بشكل الحياة الإنسانية، ولا هي تستند إلى عدمية شاملة؛ وإنما على بعض التصورات المربكة عن المرء نفسه والعالَم. ولهذا السبب هي مثيرةٌ للاهتمام على الصعيد الفلسفي. حيث إن السؤال عمّا يُميِّز الخواء المُعاش في منتصَف العمر عن الخواء المُطلق الذي لا يُرى فيه أي سبب لفعل أي شيء ولا لاستحباب مآلٍ على آخر، هو سؤالٌ يخصُّ الفلسفة. فما الذي يُفقد في منتصَف العمر إن بقيت القيمة النهائية؟ إنّ الإجابات على هذا السؤال تستوجب وجود فروق في القيمة، على غرار الفرق بين الغاية والوسيلة، وإن كانت فروقها أدقّ وأعقد وأكثر تشويشًا. ولهذا فإننا بحاجة إلى ملوَنٍ فاخر من المفاهيم الأخلاقية لنرسم به لوحةً فلسفية عن منتصَف

(15) Leo Tolstoy, "A Confession," *A Confession and Other Religious Writings*, trans. Jane Kentish (London: Penguin, 1987), 29.

(16) Tolstoy, "Confession," 30.

العمر. فمن شأن الحذلقة المفاهيمية أن تحلّ، إلى حدٍّ ما، أزمةَ منتصَف العمر.

ماذا كانت علّة ميل إذن؟ بالطبع لم تكن الأنانية المُطلقة أو الخلوص إلى انعدام القيمة من أي شيء. ولكن ثمة ما يستحق الاعتبار في مفارقة الغيرية، وفي فكرة أن اهتمام ميل المُفرط بالإصلاح الاجتماعي خلَّف فراغًا في مفهومه عن السعادة. ومن شأن هذا الفراغ أن ينتاب أي أحد، بما فيهم أنت. وهذا ما خلُصَ ميل إليه. ولمعرفة السبب، يتعين علينا النظر بعينٍ ناقدة لثاني تحوُّل مهم في تفكيره، ولأحد تحليلات انهياره الذي يبدو كأنه صدًى خافتٌ لأرسطو.

خلِّد نفسك

ما يدعوه ميل «التحوُّل الهام الآخر» في آرائه هو أنَّه «]أعطى[الثقافة الداخلية للفرد، وللمرة الأولى، مكانها الملائم بين الضرورات الأساسية لصلاح حياة الإنسان»(17). وكان يعني بذلك إظهار المشاعر الإنسانية المرتبطة بتقدير الفن وتهذيبها.

هناك بعض الشكوك حول السمات الجمالية في كتابة ميل. حيث نبَّه صاحبُه الفيكتوري، توماس كارليل، الذي نسب له ميل مفارقة الأنانية، صديقًا له في عام 1872 قائلًا: «لم تفوِّت شيئًا إن لم تكن قد قرأت سيرة ميل الذاتية. لم يسبق لي أن قرأتُ كتابًا

(17) Mill, *Autobiography*, 118.

يفوقه سآمةً وجفافًا .. إنه سيرة ذاتية لمحرِّكٍ بخاري»[18]. ولكن من الصعب ألا نتأثّر بحديث ميل عن قراءته لشعر ويليام ووردزوورث بعد مضي عامَيْنِ على أزمته النفسية.

«ما جعل قصائد ووردزوورث علاجًا شافيًا لحالتي النفسية هو أنها لم تكتفِ بالتعبير عن الجمال الخارجي وحده، بل كانت تُعبِّر أيضًا عن حالة المشاعر وحالة التفكير الذي تلوِّنه المشاعر في ظل الإثارة التي يبعثها الجمال. بدا لي ذلك كأنه تثقيفٌ للمشاعر عينها، وهي الثقافة التي أفتش عنها. تراءى لي في تلك القصائد أنني أنهلُ من مصدرٍ للسرور الداخلي، متعة شعورية وتأملية يستطيع كل البشر المشاركة فيها. إنها متعة لا صلة لها بالصراع أو الاختلال، ولكنها تتعاظم مع كل تحسُّن في الحالة الجسدية أو الاجتماعية عند البشر. لقد لاح لي أنني أتعلم من هذه القصائد ماذا تكون مصادر السعادة الخالدة، حين تُستأصل شرور الحياة الكبرى بأسرها. وشعرتُ أنني أحسن حالًا وأكثر ابتهاجًا حينما وقعت تحت تأثيرها»[19].

كان ميل مولعًا على وجه الخصوص بقصيدة ووردزوورث «إيحاءات الخلود من ذكريات الطفولة المبكرة». وقد ذهب إلى حدِّ مقارنة تجربة ووردزوورث بتجربته الخاصة: «لقد أدرك أيضًا أن جِدّة متعة الشباب الأولى في الحياة لم تكن باقية .. بيدَ أنَّه التمس

---

(18) James Anthony Froude, *Thomas Carlyle: A History of His Life in London, 1834– 1881, Vol. II* (New York: Charles Scribner's Sons, 1910), 420.

(19) Mill, *Autobiography*, 121.

تعويضًا عنها فوجده بالطريقة التي يُعلِّمني الآن إيجادهُ بها. فكانت النتيجة أنني خرجت تدريجيًّا من اكتئابي المتكرِّر حتى تخلصت منه كليًّا ولم أعد قط عرضةً له بعد ذلك»[20].

لا يزعجني تعافي ميل؛ أيًّا كان ما تشعر. ولكن المقارنة بينهما متكلَّفة. فعندما يُمجِّد ووردزوورث «المسرّة والحرية، وبساطة/ الطفولة» فهو لا يفكِّر في طفولة كطفولة ميل! إن الحقيقة الحاسمة لا تكمُن في تماثل حياتهما، وإنما في أن شعر الطبيعة كان يمثل لميل مصدرًا لقيمةٍ فارقة، وهي قيمة تهذيب المشاعر التي انعكست في المقطع الختامي للقصيدة:

بفضل قلب الإنسان الذي به نحيا

بفضل عطفهِ، ومباهجه، ومخاوفه

تمنحني أصغر الزهور وأرقُّها

أفكارًا عميقةً حقًّا، لا تسبرها الدموع[21]

ينتقدُ الناس كذلك كتابات ووردزوورث؛ حيث يُقرُّ ميل أنه «حتى في زماننا هذا،]يوجد[شعراء أعظم من ووردزوورث»[22] (ما شأن تلك المفردة الزائدة في السطر الأخير (حقًّا) التي فرضها الوزن الشعري على ما يبدو؟). فهو يرى أن ووردزوورث «شاعرٌ ذو قريحة

---

(20) Mill, *Autobiography*, 122

(21) William Wordsworth, "Ode: Intimations of Immortality from Recollections of Early Childhood," *Selected Poems*, ed. Stephen Gill (London: Penguin, 2004), 157– 63, 163.

(22) Mill, *Autobiography*, 121.

غير شعرية»[23]. ويؤكِّد في الوقت ذاته أن «شعرًا أعمق وأسمى عاطفة لم يكن قادرًا على أن يصنع بي ما صنعه شعرُه في ذلك الوقت»[24]. فمن خلال ووردزوورث، تمكَّن ميل من «الشعور بأن هناك سعادة حقيقية وأبدية في التأمُّل الهادئ»[25]. وقد كان هذا بمثابة إلهامٍ له، قياسًا إلى جبلَّته غير الشاعرية.

ماذا تعلَّم ميل تحديدًا عن قيمة الفن؟ وما علاقة هذا بنا ونحن كما قد نكون غارقين في اكتئاب منتصَف العمر؟ لنُجيب على هذينِ السؤالَيْنِ، يلزمنا العودة قليلًا إلى الوراء حتى نصل إلى أشهَر مؤيدي التأمُّل الهادئ، وهو الفيلسوف اليوناني العريق أرسطو. وبهذا، سوف نتمكّن ببعض الوسائل الأرسطية من صياغة قاعدة ثانية لتفادي أزمة منتصَف العمر.

كان أرسطو، الذي عاش من عام 384 حتى عام 322 قبل الميلاد، تلميذًا في أكاديمية أفلاطون في أثينا. وقد أطلق عليه أفلاطون، على سبيل المزاح، لقب «noûs»، الذي يعني العقل أو الفكر. إن للحياة العقلية تأثيرًا عجيبًا على تفكير أرسطو؛ حيث ثمة حقيقة محيّرة بشأن «الأخلاق النيقوماخية»، مجموعة المواعظ التي أشرتُ إليها مرتينِ مسبقًا، وهي أنها تُخصص تسعة «كتب» أو أبواب للفضائل العملية، كالشجاعة، والاعتدال، والعدالة، وتنتهي في الكتاب العاشر بتحقير الحياة العملية لصالح العقل المجرَّد. وقد تحيَّرَتْ أجيالٌ من القُرَّاء من هذا التضليل، وحاول عشراتُ الشُرَّاح تفسيره.

---

(23) Mill, *Autobiography*, 122.

(24) Mill, *Autobiography*, 121.

(25) Mill, *Autobiography*, 121.

الشيء المثير للاهتمام هو مدى تطابق أسباب أرسطو الداعية للنفور من حياة الفضائل العملية مع تلك التي عزا إليها ميل تحوُّله إلى ثقافة المشاعر.

> «تُمارس الفضائل العملية في الشؤون السياسية أو العسكرية، ولكن الأفعال التي تقتضيها لا يظهر أنها تترك الفرد بلا انشغال، ولا سيِّما الأفعال المرتبطة بالحرب (لا أحد يريد الحرب، أو يثير الحرب، لأجل الحرب عينها، بل يلزمه أن يكون سفّاحًا إن كان سيتخذ من أصدقائه أعداءً له لأجل إثارة المعارك والمذابح). وأمّا عمل الرجل السياسي فإنه لا يترك له فراغًا مثلما هو الحال مع رجل الحرب؛ إذ يستلزم، مع العمل السياسي عينه، سعيًا دائمًا إلى نيل السلطان والشرف، أو بمطلق الأحوال، إلى تحقيق سعادته الشخصية وسعادة مواطنيه؛ وهي سعادة تختلف عن العمل السياسي ويسعى لها على نحوٍ جليٍّ لاختلافها هذا»[26].

فعلى غرار ميل، يخشى أرسطو أن تكون أنشطة الفضيلة العملية، كخوض الحروب، والانخراط في السياسة، والإصلاح الاجتماعي، مستندةً إلى «الصراع والاحتياج»[27]؛ إذ إن قيمتها تعتمد على وجود المشكلات والمشاقّ والاحتياجات، التي تسعى تلك الأنشطة للتصدي لها. وعلى هذا الأساس، لن يكون لها فائدة

---

(26) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1177b5- 16.

(27) Mill, *Autobiography*, 120.

في العالَم المثاليّ. لأجل ذلك، سيكون من الجنون اتخاذ الأصدقاء أعداءً بغية خلق الفرصة لإبراز الشجاعة في القتال. وقد يُضيف ميل أنَّ من الجنون أيضًا تعزيز المعاناة الإنسانية بهدف إشغال المُصلحين الاجتماعيين أمثاله.

إن أرسطو أكيدٌ من أن إنجازات الرجل السياسي لها قيمة نهائية. فهي «على حدٍّ سواء مطلوبةٌ لذاتها ولأجل غرضٍ]آخر[»، لأجل «سعادة تختلف عن العمل السياسي، ويُسعى لها على نحوٍ جليٍّ لاختلافها هذا»[28]. إنه لم يستهلك تسعة كُتبٍ لأطروحة عن الحياة الطيبة في ذرائعَ محضة صنو العناية بالأسنان وتحقيق الثراء السريع. ولكن أرسطو يعتقد أن قيمة العمل السياسي هي قيمةٌ تحسينية تنطوي على الإصلاح، حيث إنَّه يُزيل أمرًا باطلًا بتصديه للظلم، والمعاناة، والحروب. ومع ذلك، فإن الأفضل من هذا هو عالَمٌ ليس فيه حاجةٌ تُلبَى أو خللٌ يُجبَر أو جُرحٌ يُبرأ. وهذا هو عيب الفضيلة العملية ووجه القصور فيها الذي يجعلها غائبة عن الحياة المثالية، كما يرى أرسطو. وبالمثل، تستند الغاية من العمل السياسي والإصلاح الاجتماعي، في حالة ميل، إلى «الصراع أو الاختلال»[29]، وهما شرطان نُفضِّل الاستغناء عنهما.

هل من سبيل لتكوين رؤية أفضل عن السياسة لا يقتصر دورُها فيها على تخفيف الضرر؟ أمِن الوارد أن يدعم رجُلنا السياسيّ الفنونَ أو طلبَ العلوم الأساسية أو الفلسفة في حدِّ ذاتها؟ ربما.

(28) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1097a32- 4, 1177b15- 16.

(29) Mill, *Autobiography*, 121.

غير أنَّ أرسطو سيعترض؛ فمهما تكن المساعدة التي نتلقاها من الدولة، من الأصلح ألّا نعوزها. كما أن تصحيح فكرتنا عن السياسة لا يكشف لنا أيّ الأنشطة التي يتعين على رجل الدولة دعمها.

مِن هُنا يأتي دور التأمُّل؛ فالتأمُّل -حسبما يرى أرسطو- لا ينطوي على حل المعضلات النظرية، فضلًا على تطبيق نظرياتنا تطبيقًا عمليًّا؛ إنما ينطوي على التفكُّر في الإجابات التي نملكها. حيث أن نشاط التفكُّر هذا «هو وحده المُفضَّل لذاته، لأنه لا يصدر عنه إلا التأمُّل، في حين أن الأنشطة العملية تستجلبُ نتائج أخرى غير الأفعال التي نقوم بها»[30]، كما يقول أرسطو. وحياة التفكُّر، على حدِّ قوله، «نهائية على نحوٍ قاطعٍ وتام» «لا تُطلَب لأي غرضٍ آخر غير ذاتها»[31]. قد يبدو هذا غريبًا، كما لو أنَّ علينا تقدير التأمُّل لكونه بلا طائل. ما العظيم في ذلك؟ ولكن ما يهم أرسطو هو أن قيمة التأمُّل أكيدةٌ كليّةٌ، وليس أن التأمُّل لا يخدم أي غرض. فهو لا يتصدى للخلل أو النقصان، ولا للصراع والمعاناة؛ إنَّما هو فائضٌ عن الحاجة على نحوٍ بهيٍّ؛ إذ إننا لا نحتاج إلى فعله لأجل دفع الظلم أو الأذى، ولكنه أمرٌ نروم فعله حتى في العالم المثالي. فعلى عكس العمل السياسي، ينطوي التأمُّل على الراحة والطمأنينة، «]و[إن السعادة، كما يُظن، ترتكز على الراحة والسكينة؛ فالمرء لا يشتغل إلا للوصول إلى الفراغ، والحرب لا تُقام إلا للعيش في سلام»[32].

(30) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1177b3- 4.

(31) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1097a33- 5.

(32) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1177b5- 7.

ورغم أن ميل لا ينوِّه بأرسطو، لكن لابدَّ أنه قد قرأ كتاب «الأخلاق»، وعلى الأرجح باليونانية في سن العاشرة؛ حيث إن السؤال الذي أربك ميل «كيف ستشعر لو تحققت إصلاحاتك حالًا»؟ يعيدُ إلى الذهن التضاد الأرسطي بين القيمة التحسينية المنحصرة في الإصلاح والقيمة الأكيدة للتأمُّل. فلو اجتُثَّ الظلم، وأُنهِيَت المعاناة الإنسانية، ماذا سيتبقى لنا لفعله؟ لم يكن ميل يملك أدنى فكرة قبل انهياره النفسي. فبرغم أن نشاطاته كانت ذات قيمةٍ نهائية، فإنها لم تكن نهائية على نحوٍ قاطع، حيث كانت تستهدف الاحتياجات الإنسانية المُقلقة.

تغيَّر هذا الوضع في أعقاب الأزمة حينما وجد ميل في الشعر «مصدرًا للسرور الداخلي]الذي [لا صلة له بالصراع أو الاختلال»[33]، فالمباهج التي يبعثها لم تصدُر من تخطِّي الصعاب وإنما كانت كما تكون «مصادر السعادة الخالدة، حين تُستأصل شرور الحياة الكبرى بأسرها»[34]. إن معضلة حياة ميل المُبكرة تكمُن في أنها اختزلت الأعمال القيِّمة في مسعى تقليل المعاناة الإنسانية ولم تُلمِّح له بعملٍ سواه. ولكن إن كانت أقصى آمالنا ألَّا نعاني وأن نعيش حياةً لا يطغىَ عليها الشقاء، فلمَ نُكلِّف أنفسنا عناء العيش يا تُرى؟ إن كانت القيمة منحصرة دائمًا في الإصلاح، فلربما أن هناك أمورًا ينبغي الاهتمام بها لذاتها بوصفها غايات وليست وسائل فحسب، ولكن الحياة ككل لا تستحق العيش. وسيكون من الأفضل، أو الجيد، ألّا نُولَد.

---

(33) Mill, *Autobiography*, 121.

(34) Mill, *Autobiography*, 121.

قد لا تكونَ مفرطًا في الغيرية، ولا رجل سياسة أثينيًّا أيضًا، كما هو الحال معي. بيدَ أن الحياة الحديثة قد تتسم بالخلل الذي أربك أرسطو وجون ستيوارت ميل، على تصوُّر أنها قد تكون مزدحمة بالالتزامات: فواتير مُستحقّة الدفع، ومتطلبات عائلية ينبغي تلبيتها، ومشكلات يجب حلّها؛ ما يجعلك مطوَّقًا بـ «الصراع والاحتياج»[35]. فكِّر في الأيام التي لا تتطلع فيها إلى شيءٍ سوى النوم: راحة من رعاية الأطفال، ومن التصدي للمشكلات الطارئة في العمل، ومن المناضلة للحفاظ على ديمومة العلاقات. أرجو ألّا يُساء فهمي: فكلّ هذه الأمور على قدرٍ من الأهمية، وقد تكون قيمتها نهائية، ولكنها منحصرة جوهريًّا في الإصلاح. فلربما لا تجد وقتًا لرغباتك غير اللازمة وأنت في قبضة روتين الالتزامات المستمر. وفي هذا الصدد، يقول الفيلسوف الألماني آرثر شوبنهاور، المعاصر لميل تقريبًا:

> «لا مناص لمعظم البشر من المشاغل والهموم والمتاعب فيما هم على قيد هذه الحياة. ولكن، إن أُشبِعت كل رغبةٍ حال ظُهورها فكيف سيشغل الناس حياتهم؟ وكيف سيمضون وقتهم؟»[36]

هذا ما تسأله نفسك عندما تفقد كل تصوُّرٍ عن العمل القيِّم فيما عدا منع وقوع الأخطاء أو إصلاحها. إنه سؤال بديل لسؤال ميل: لا محيد عن «المشاغل والهموم والمتاعب»، بلا شك، ولكن هل هذا كلُّ ما في الأمر؟

---

(35) Mill, *Autobiography*, 120.

(36) Arthur Schopenhauer, "On the Suffering of the World," *Essays and Aphorisms*, trans. R. J. Hollingdale (London: Penguin, 1970), 41–50, 43.

إن الأزمات من هذا النوع تأتي تدريجيًّا؛ فتكون بين صعودٍ وهبوط. قد تكون حياتك مُستنزَفةً بالإصلاح ومغمورةً بالاحتياجات بصورةٍ أو بأخرى. ولربما كانت هناك بعض أوقات الراحة التي تلتقط أنفاسَك فيها. أو قد تلوحُ الأزمة حين يصبح لديك متسع كبير من الوقت الوفير، بعد أن يكبر الأبناء ربما، فتُدرك الفراغ المحيط بك؛ حيث إن أيّامك لم تعد مملوءة بالالتزامات كما كانت، وليس ثمة ما يمكن فعله الآن.

هذه صيغة واحدة من صيغ أزمة منتصَف العمر، وهي تماثل انهيار ميل النفسي من حيث إنها ليست عدمية ولا تستند إلى غياب القيمة من العالَم، وإنمّا على إلزامية العمل الطاحنة؛ فكل ما يلزم فعله هو عملٌ قيِّم. ولكن ثمة شيءٍ مُغفَل، ولتحديد هذا الشيء يتعين علينا التمييز، ضمن الأنشطة ذات القيمة النهائية، بين تلك التي لا تقتصر على الإصلاح وتلك التي تقتصر عليه.

برغم حبّ الفلاسفة للغة الاصطلاحية المستغلقة، فإنّهم لم يستنبطوا مصطلحًا لهذا التباين، وهذا ما اضطرني إلى الإطناب. («لا تقتصر على الإصلاح» عبارة ثلاثية السلبية: ليست فقط لمنع الأمور السيئة أو القضاء عليها). وهذه ليست غلطتي؛ ذلك أن التباين الذي استنتجناه من أرسطو وميل لم يحظَ بالاهتمام اللازم في الفلسفة الأخلاقية. لذا، نحن بحاجة إلى مصطلح يعبِّر عن كل فعلٍ «لا يقتصر على الإصلاح». وأنا أصف قيمةً كهذه بأنها «قيمة وَجوديّة»، لأن من شأنها أن تجعل الحياة هانئةً بصورةٍ أكيدةٍ، لا أن تُحسِّنها فحسب لتصبح أفضل مما يمكن لها أن تكون، ومِن ثَم

فإنّها تُفسِّر لنا لِمَ تكون الحياة جديرةً بالعيش بأيّ حال. وعليه، فإن القاعدة الثانية هي: أفسِح مجالًا للأنشطة ذات القيمة الوجودية سواء في عملك أو في علاقاتك أو في وقت فراغك.

قد يبدو هذا مهيبًا إلى حدٍّ ما، لا سيَّما أن مثالنا الرئيس على القيمة الوجودية هو قيمة التأمل الهادئ. هل أنت مُلزمٌ بقراءة شعر ووردزوورث أو بالتأمل مع أرسطو في النظام العقلي للعالم؟ ليس تمامًا؛ لأن القيم الوجودية أكثر تنوعًا وواقعية من ذلك. فبالرغم من أن ميل وأرسطو استعانا على حدٍّ سواء بـ«التأمل»، فإن عقليهما كانا يسيرانِ في اتجاهيْنِ مُختلفيْنِ. فقد كان التأمُّل الأرسطي ممارسةً عقليةً مكَّن لها تكامل الاستقصاء العلمي؛ إنه استبصار في اتساق الكون مع الإله بوصفه علةً غائيةً. وأمّا ميل فإنه يتأمَّل في مسألة تقدير الشعر والفن عمومًا. (يشير أرسطو إلى «التأمل الفنِّي» مرة واحدة فقط في الأعمال الأخلاقية، بوصفه ممارسةً يمكن مزاولتها مع الأصدقاء)[37]. والقاسم المشترك بين هذينِ النشاطيْنِ هو قيمتهما غير الإصلاحية. وبمجرد أن ندرك ذلك، سيتسنى لنا إفساح المجال لأنشطة أخرى ذات قيمة وجودية. ما يهُم هو ألا تدور حول السمات البائسة للحياة البشرية. والأمثلة عليها تشمل أنشطة من مختلف المجالات، بَدءًا من الفلسفة والفنون الرفيعة ووصولًا إلى رواية القصص الفكاهية والاستماع إلى الموسيقى الشعبية والسباحة أو ركوب القوارب الشراعية واللعب مع العائلة أو الأصدقاء. قد تقاوم هذه الأنشطة مصاعبَ الحياة، أو قد تصرفكَ عن الآلام أو تُعينك

(37) Aristotle, *Eudemian Ethics*, trans. Anthony Kenny (Oxford: Oxford University Press, 2013), 1245a20- 22.

على تزجية الوقت ليس إلا، ولكن من شأن كلِّ نشاطٍ منها أن يكون «مصدرًا للسرور الداخلي» لا صلة له بالصراع أو الاختلال، وأساسًا متينًا للسعادة، «حين تُستأصل شرور الحياة الكبرى بأسرها»[38].

هل انتقلنا من المهابة إلى الابتذال؟ من التأمُّل في الإله والطبيعة إلى الانكباب على هواية جديدة ومسليّة؟ نعم ولا. لا، لأن الأنشطة ذات القيمة الوجودية لا تقتصر على الهوايات فحسب؛ حيث إنك قد تجدها في العمل أيضًا أو في علاقاتك مع الآخرين. إنني محظوظٌ للغاية بوظيفتي التي أتلقى فيها أجرًا على التفكير والكتابة، وهما نشاطانِ ذوا قيمة وجودية، إن وجدت. (أظن أنه يوجد احتمال بأنني سأحدُّ من المعاناة الإنسانية من خلال تأليفي لهذا الكتاب. ولكن هذا أمر مشكوكٌ فيه، وأنا على يقين أنك لن تقول هذا عن كُتبي الأخرى). وهناك وظائف أخرى تُسهم في صنع الأشياء سواء أكانت مادية أم غير ذلك، مع أن أرسطو سيُنكر أنها ذات قيمة وجودية كونها تلبِّي حاجة. ففي العالَم المثالي، ينمو الأثاث والطعام على الأشجار. ولكن هذا يوازي تعاميه عن قيمة الفن، ونحن غير مُلزمينَ بالاتفاق معه. إذ يمكننا تأكيد أن أعمال النجارة والطبخ يمكن أن تكون جُزءًا من الحياة المثالية، وإنها وإنْ ارتكزت على الحاجات الإنسانية، فإننا لن نكون أفضل حالًا دونها. فالعمل يمكن أن يكون ذا قيمة وجودية، والأمر ذاته ينطبق على الصداقة؛ وهو ما حيَّر أرسطو لاقتناعه بأن التأمُّل هو الخير الوجودي الوحيد. (أخيَر الأصدقاء هم الذين يعينوننا على التأمل، برغم أننا نستطيع

(38) Mill, *Autobiography*, 121.

فعل ذلك من دونهم، ويُفترض بنا ذلك). لكن لا ينبغي لنا أن نفكِّر بهذه الطريقة، لأننا قد نُقرر قضاء الوقت مع بعض الأصدقاء حتى في العالَم المثاليّ.

من ناحية أخرى، تنطوي معظم أشكال العمل القيِّم على الإصلاح بلا أدنى شك؛ فنحن بحاجة إلى الأطباء والمعلمين والعاملين الاجتماعيين. كما يصح القول إنه يمكن أن تكون للهوايات قيمة وجودية. ومنتصف العمر هو الوقت الملائم لمزاولة الجولف، أكثر نشاط وجودي من بين كل الأنشطة، أو رقص السالسا أو العزف على البيانو. فبدلًا من الشعور بالخيبة من الرتابة التي تكتنف تكيُّفنا مع منتصَف العمر، يتعين علينا النظر في الاتجاه الآخر؛ لأن الأنشطة عديمة الجدوى التي نمارسها على سبيل التسلية هي أعمق مما كُنّا نتصور. فعندما ذمَّ أرسطو حياة القيمة العملية، بيَّنَ نقائصها بتصوُّر الآلهة التي لا تحتاج إلى إصلاح أي شيء، حيث يقول: «إننا نفترض أن الآلهة تفوق الكائنات سعادةً وحظًّا؛ ولكن أيُّ الأفعال ينبغي إسنادها إليها؟ أهو العدل؟ ألن يكون عبثًا لو أنها تعقد العقود وتردُّ الودائع فيما بينها، وهلمَّ جرًّا؟ ... وكيف سيكون اعتدالها؟ أمن السخف امتداح الآلهة على اعتدالها على تصوّر أنها لا تميل إلى الباطل؟»[39] (النكتة هي أن الآلهة الأولمبية كانت تتخاصم مع البشر وتنام معهم وتُجاريهم، ولكنها ليست آلهة في نظر أرسطو). إنّ الأنشطة ذات القيمة الوجودية تتوافق مع سمة الخلود، وبوسعها أن تنتمي للحياة المثالية. فعندما تلعب لعبة

(39) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1178b11- 17.

(مونوبولي) مع الأصدقاء أو تقرأ كتابًا على سبيل المتعة، فإنك تنالُ حصةً من حياة الآلهة.

دعْني أختم بإيضاح ما لا يعنيه هذا. إن هذا لا يعني أن القيمة الوجودية تفوق في أهميتها أيَّ شيءٍ آخر، بحيث ينبغي إيلاء الأولوية لها دائمًا. في حين أن رأي أرسطو مقاربٌ لذلك الرأي على نحوٍ خطر.

«لا ينبغي لنا الامتثال لأولئك الذين ينصحوننا بقصر تفكيرنا على الأمور البشرية والفانية كوننا بشرًا فانينَ، بل يجب على الإنسان أن يُخلِّد نفسه، قدر استطاعته، وألّا يدخر جهدًا للعيش بما يتوافق مع أسمى شيءٍ فيه؛ ذلك أن هذا الشيء الأسمى يفوق سائر الأشياء في الجدارة والقيمة حتى وإن كان ضئيلًا في بعده المادي»[40].

لا أتفق مع أرسطو في هذا الشأن. فعندما تكون ضرورات الحياة مُلحّة وطارئة بحيث يتعذر تجاهلها، سيكون من الخطأ تكريس جُلّ الوقتِ للتأمُّل أو لقراءة شعر ووردزوورث أو لِلعب الجولف. إذ لا ضير في التفكير بالأمور الفانية ما دُمنا فانينَ.

ولكن إن فقدتَ الصلة بالقيمة الوجودية، ولم تجد مكانًا في حياتك للأفعال المتصلة بالإله، تلك التي تجعل الحياة جديرة بالعيش قبل كل شيء، فستكون معرَّضًا في منتصَف العمر لأزمةٍ لا تختلف عن أزمة جون ستيوارت ميل. لذا، خلِّد نفسك لبعض الوقت إنْ واتتك الفرصة.

(40) Aristotle, *Nicomachean Ethics*, 1177b32– 1178a2.

ظلال السجن

ماذا تعلّمنا من ميل؟ تعلّمنا أن الأزمة تتربص بأولئك الذين تفتقر حياتهم للقيمة الوجودية، ويتطلعون إلى تخفيف الضرر على أكثر تقدير، رغم أن انتفاء المعاناة هو أفضل ما يمكن حصوله. وهذه نظرة تشاؤمية للغاية؛ إذ اقتضى الأمر طفولةً كطفولة ميل لتُضمَر مسرّات الشعر وتُحجَب القيمة من فعل أي شيءٍ عدا مساعدة المحتاجين.

في المقابل، توجد كذلك أزمات أكثر اعتيادية وأقل كآبةً من أزمة ميل، حيث ترتكز على غيابٍ نسبي للقيمة الوجودية، ما يُفضي بالمرء إلى الشعور بعدم كفايتها وليس انعدامها بالكلية. فضغوطات العمل والعائلة مثلًا تستنزف الإنسان إلى الحد الذي يجعلها تخفي إمكانية فعل أيِّ شيءٍ آخر. وإن كانت هذه حياتك، فعليك أن تُفسح مجالًا لأنشطة ذات قيمةٍ وجودية. ومن الوارد أن تكون هذه الأنشطة أقل أهمية من إنجاز عملك أو من تأمين الطعام لأبنائك، ولكنها تملك قيمةً من نوعٍ مختلف لا يُعوَّض بغيره.

قلتُ آنفًا إن هناك أزمات عديدة في منتصَف العمر، وقد تناولنا واحدة منها بالاستناد إلى جون ستيوارت ميل، وهي أزمة الاحتياج واللزوم. وثمة مفارقة ساخرة هنا؛ حيث أن الشاعر الذي أرشد ميل إلى علاج أزمته المبكرة كان يعاني من أزمته الخاصة، بيدَ أنه لم يكن متفائلًا مثل ميل، الذي كان يُشير إلى قصيدة «الخلود» باعتبارها نموذجًا لتعافيه، وربما أنه كان يستذكر سطورًا كهذه:

راودتني، دون سواي، فكرةٌ حزينة،

أعتقها الإفصاحُ عنها في اللحظةِ الملائمة؛

فعدتُ قويًا من جديد.

وها هي الشلالات تُطلق أبواقها الهادرة خلال انحدارها.[41]

ولكنَّ الأبواق تُدوي مبكرًا في قصيدة ينتهي مقطعها التالي بـ«أين ولّى الوميض الخلّاب؟ / أين هو الآن المجد، والحلم؟» لم يحظَ الشاعر إلا بشيءٍ من التعافي! حيث تتجدَّد أجواءُ الحنين والفقد مع انتقال القصيدة، مرارًا وتكرارًا، إلى حرية الطفولة التي يقيِّدها «سجن» المجتمع.

وماذا عن الأربع أسطر الأخيرة؟ أهي احتفاءٌ بالمشاعر بإيحاءٍ من الطبيعة، كما افترض ميل؟ إنها أكثر تضاربًا بكثير. فالدموع، وليست الابتسامات، هي التي تعجز عن كشف أفكارنا العميقة. وماذا عن تلك المفردة الزائدة التي يسهل التلاعب بها؟

إن سطر «أفكارًا عميقةً حقًّا، لا تسبرها الدموع» يصف عمق الأفكار الذي لا يمكن تصويره إلا بالتلاعب الأخرق بالكلمات، وبقمع الأعراف الاجتماعية والتحايل عليها، حيث يجب أن تتماشى المشاعر مع القواعد العروضية. فالشعر أيضًا أضحى مشوبًا بظلِّ الحضارة؛ إنه خربشات على جدار السجن.

إن ووردزوورث لم يتعافى من أزمة منتصَف العمر. فبعد أن فرَغ مِن كتابة أول نسخة مكتملة من قصيدة (المقدِّمة) (The Prelude)

(41) Wordsworth, "Ode: Intimations of Immortality," 158.

في سن الخامسة والثلاثين، كان قد استنفد طاقته الإبداعية؛ حيث لم يكتب سوى النزر اليسير من الأعمال المُعتبرة في آخر أربعين سنة من حياته. فلا شيء يمكنه أن «يعيد الزمن / وبهاء المرعى». ولا ينبغي أن تشاطر ووردزوورث إيمانه بالروح الخالدة، المتجسدة في الميلاد، «سُحُب المجد المتعاقبة ... / الناشئة من الله، موطننا»، للشعور بالحنين لعالم الشباب الرحِب، والمستقبل الحر، حيث لا مجال للعودة. لكن يمكننا أن نسأل عمّا نغفل عنه بشأن الزمن الذي يسبق اتخاذ حياتنا شكلها المحتَّم في سن الخامسة والثلاثين أو الخمسين، حين «يكتسب كل امرئٍ المظهرَ الذي يستحقه»[42]، كما يقول أورويل. ما قيمة امتلاك الخيارات؟ وكيف نتعامل مع تلك التي فقدناها؟ هل بوسعنا أن نجد «القوة فيما تبقَّى... في السنين التي تُنجب العقل الحكيم»؟ هذا ما سنحاول فعله في الفصل القادم، بالاستعانة ببعض الروائيين والفلاسفة.

(42) George Orwell, *Collected Essays, Journalism and Letters, Volume IV: 1945- 1950*, ed. Sophia Orwell and Ian Angus (London: Mariner Books, 1971), 515.

3

الفوات

عندما أُخبر أصدقائي أنني أكتب عن أزمة منتصَف العمر، أنتظر حتى تهدأ نكاتهم، ثم أطلب منهم بعض التوصيات القرائية. أغلب المقترحات تكون لروايات، ومعظمها من تأليف رجال. وقد أشرتُ إلى بعضٍ منها مسبقًا، وسنتطرق إلى البعض الآخر في الوقت المناسب. وأخرى شملت رواية «الرجل السويّ» الهزلية (Straight Man) لريتشارد روسو، والرواية الهزلية الكئيبة «هيرزوغ» (Herzog) لسول بيلو، ورواية «الطريق الثوري» البائسة (Revolutionary Road) لريتشارد ييتس[1]. وعلى وجه الإجمال، تتشارك هذه الأعمال في الصورة النمطية لمنتصف العمر بوصفه مرحلةَ الفرص الضائعة والطموح الخائب والقيود الاجتماعية المُرهقة؛ فمنتصف العمر هو طور الفوائت.

وبعض الأصدقاء يجيبني مِن وحي الواقع، لا مِن وحي الخيال؛ حيث يجدون الرواية التقليدية الرائجة منعكسةً في سيَر حياتهم الخاصة. وفيما يلي تعليقٌ من أحد الزملاء الناجحين:

---

(1) Richard Russo, *Straight Man* (New York: Random House, 1997); Saul Bellow, *Herzog* (New York: Viking, 1964); Richard Yates, *Revolutionary Road* (New York: Little, Brown, 1961).

«لا أعلم إن كانت ثمة فائدة فيما سأقوله، ولكني كنت قاب قوسين أو أدنى من أزمة منتصَف العمر عندما بلغتُ الأربعين من عمري في منتصَف عام 1994... كان كل شيءٍ في حياتي يسير على خير ما يُرام. لكن مع وجود ثلاثة أبناء صغار ورهن عقاري ضخم، كنتُ أشعر باستحالة تغيير وجهتي و... أوه! لا أدري.. أن أكتب رواية ربَّما أو أصنع فيلمًا أو أكون مغنيًّا شعبيًّا، أو أيًّا ما يكون قد تخيلتُ فعلهُ إن أردت. كنتُ محصورًا في فعل ما كنت أفعله دائمًا لحاجتي الماسّة إلى توليد دخلٍ بمستوى معين، وهذا أحبطني أيَّما إحباط. وكان هذا، بلا ريب، تمركزًا هائلًا على الذات، ولم تكن]زوجتي[تمرُّ بهذه الحالة. ولكنني أجد الآن أن من المريح الاعتقاد أن هذه الحالة قد تكون نوعًا أدبيًّا».

ثمة عزاء في التسليم والاعتراف، لما فيهما من إحاطةٍ تُمهِّد للفَهم والإدراك. فعندما يتعلق الأمر بالفوات، هل من عزاءٍ أفضل؟ علينا أن نواجه الحقائق، وهي في حالتي..

في بادئ الأمر، أردتُ أن أصبح شاعرًا، وقد كتبتُ أولى قصائدي الحقيقية في سن السابعة، وكانت عبارة عن مقاطع متناغمة تستحضرُ خرابَ ساحة اللعب، حيث يلتقي ت. س. إليوت وأوغدن ناش. لن أتظاهر بأنها كانت جيدة؛ ولكني بدأتُ التعامل مع الأمر بجدية أكبر حين التحقتُ بحلقةٍ دراسيةٍ كانت تُدرِّسُ فيها كارول آن دوفي، التي لم تكن ذائعةَ الصيت حينها ولكنها أضحتْ الآن شاعرةً بارزةً. كانت تُكلِّفنا بكتابة سوناتات من وجهة نظر شخصياتٍ كانت

تُعيَّن لنا من خلال سحب قصاصات ورقية من قبَّعة. وكان ينبغي أن تصف الأربعة أسطر الأولى ماذا يُمكن لتلك الشخصيات أن ترى من النافذة. التقطتُ بدوري شخصيةَ «عارضة أزياء»، وشخصٌ آخر التقط شخصية «رائد فضاء». وقد كنت حينها صبيًّا في الثانية عشرة. حاولتُ، للمرة الأولى ربما، أن أتخيل العالم من عينيْ شخصٍ آخرَ برغم ارتباكي وخجلي. وقد نالت القصيدة إعجاب دوفي، كما أنني أحببتُ كتابتها، وأحببت أنها لم تكن مثل أيّ قصيدة كتبتها من قبل؛ بيدَ أنّي لم أصبح شاعرًا. ثم فكَّرتُ في الطب لبعض الوقت؛ حيث إن أبي طبيب وكان يريد من أحد أبنائه أن يواصل عمل العائلة. وقد استوحى هذه الفكرة من سلسلة كوميدية من ثمانينيات القرن الماضي، اسمها «لا تنتظر» (Don't Wait Up)، وتدور حول أب وابنه يعملانِ طبيبَيْ جلديةٍ. كان والدي يرى أن طبّ الأمراض الجلدية مجالٌ واعد لانخفاض معدَّل وفيات المرضى فيه؛ في حين كنت مهتمًّا أكثر بإنقاذ الأرواح برغم هلعي من منظر الدماء. وعندما جدَّ الجِدُّ، اتبعتُ ما أوحى به عقلي، فتقدَّمتُ بطلبٍ لدراسة الفلسفة، وهأنذا!

لستُ نادمًا على قراري؛ إذ لا أعتقد أنني كنت سأعيش حياةً أفضل بين ثنايا الشعر أو الطب، وعلى الأرجح أن حياتي كانت ستكون أسوأ. فلطالما كنتُ محظوظًا جدًّا كوني أشغلُ وظيفةً ثابتةً في قسم الفلسفة في وقت الإكراه المالي داخل الأوساط الأكاديمية؛ بل تعاظَم حظي بفضل ما أتمتَّعُ به من استقرارٍ ورخاءٍ ماديٍّ في معهد ماساتشوستس للتقنية. كما أنّي محظوظٌ بالزملاء والطلاب الرائعين من حولي. وإن كُنتَ تترقَّب كارثةً تقع؛ فعليك الانتظار.

حيث إن الفصل الرابع يدور حول ما يشعر به المرء عندما تسوء الأمور، وأمّا هذا الفصل فإنه يُسلِّط الضوء على حالة التذمُّر التي تسيطر علينا عندما تسير الأمور وفق ما نريد. فبرغم كل شيء، عندما أجرِّب وأسحب شخصية «الطبيب» أو «الشاعر» من قبعة التاريخ الشخصي، وأتتبعُ فرعًا في شجرة الاحتمالات المقطوعة الآن، يُراودني شعورٌ بالفوات يبدو كأنه شعورٌ بالندم. إذ تتمثل أمامي القصائد التي لن أكتبها أبدًا والأرواح التي لن أنقذها؛ إني لا أرى سبيلًا لتلك البدائل من حيثُ أنا الآن، ولا مستقبلًا ألتحقُ فيه بكلية الطب أو أصبحُ فيه شاعرًا على قدرٍ من الموهبة. (لا شك، عزيزي القارئ، أنك تتمنى لو كنت أكثر من شخص). لكن حتى وإن حققتُ هذا، فلن تكون حياتي كتلك التي تخيلتُها في السابعة عشرة. ولذلك، يراودني شعورٌ بالحسرة حينما أعود بذاكرتي إلى ذاتي الأصغر، حيث الخيارات المتاحة والقرارات التي لم تُتخذ بعد. كان بإمكاني أن أكون أيّ شيء حينذاك، بيدَ أن مصيري تحتَّم الآن؛ فقد حُدِّد المسار، وتقرَّر الطريق، وسُدَّت الأبواب.

إنَّ هذا تصويرٌ غير محمود؛ إذ من غير اللائق أن يتذمر المرء من عدم تحقيقه كلّ شيء. ولكن قد يكون فيه شيءٌ من المعقولية. فواردٌ أنك، كذلك، تستحضر روح الحياة التي لم تعشها، والأمور التي كان بإمكانكَ فعلها ولكنك لم ولن تفعلها. فلا ينبغي أن تؤنب نفسك على شعورك بفوات الفرص، أو على اشتياقك إلى زمنٍ كنتَ تجهل فيه الشكلَ الذي ستتخذه حياتك. ولو أمكنني الكتابة عنك، لَفعلتُ. فمن فوائد استعانتي بتجربتي، بصرف النظر عن التطبيق العملي، هي أن قصتي بسيطة للغاية؛ حيث إن فكرة المسار المهني

التي انطبعت على مخططاتي تُسبغ على الحياة الواقعية بساطةَ التجربة الفكرية. إذ تشير الإحصائيات إلى أن الشخص العادي في سن الأربعين سبق له العمل في ثلاث عشرة وظيفة ويتطلع للانتقال إلى أخرى في أي وقت[2]. إن لدى شجرته مزيدًا من الفروع المتشابكة بفعل مسارات الحياة التي لم يعشها. وأمّا شجرتي فإنها مشذَّبة بعناية؛ فليس فيها سوى ثلاثة فروع: شاعر، وطبيب، وفيلسوف. فرعٌ منها حي وفرعانِ ميتانِ. وهذا مثال واحد ومُختزل لحقيقة تُوجَد في أيّ حياةٍ بشرية، ألا وهي حقيقة الفوات. فهل بوسع الفلسفة أن تساعدنا على التكيُّف مع هذه الحقيقة؟ وهل يُمكنها إرشادنا إلى التصالح مع ما لا نستطيع الحصول عليه؟ وإلى تجاوز، أو إدراك، جاذبية الحنين التي تكتنف زوال الشباب؟ أزعم، في هذا الفصل، أن بوسعها فعل ذلك في حدودٍ معينة.

حياة حيوان المحار

كما هو الحال غالبًا، تتمثل أولى مساهمات الفلسفة في إيجاد الفوارق وتسميتها. وبما أنه ليست كل القرارات تثير لدينا الشعور بالفوات، الذي هو موضوعنا، فإننا بحاجة إلى التفريق بين تلك التي تستدعي ذلك الشعور وتلك التي لا تستدعيه.

هبْ أن جائزةً ماليةً عُرِضت عليك وطُلِب منك اختيار مقدارها: إمّا ورقة نقدية وإمّا ورقتان من فئة خمسين دولارًا. أفترِض، مع ثبات

(2) U.S. Bureau of Labor Statistics, http://www.bls .gov/news .release/pdf /nlsoy .pdf.

الظروف الأخرى، أنك ستأخذ المئة دولارٍ دون تردُّد؛ لأنك لن تشعر بصراعٍ داخلي عند اتخاذ هذا القرار، ولن يُخلِّف فيك أثرًا للخيبة أو الندم. فمن غير المنطقي التحسُّر على فوات فرصة الكسب الأقل، لأن قيمة خياراتك، بالمصطلح الذي يُساء استخدامه كثيرًا، متكافئة وقابلة للقياس المشترك.

تُقاس القيم القابلة للقياس المشترك بمقياسٍ واحد، حيث القيمة الأكبر تستوعب القيمةَ الأصغر وتعاوضها. ومِن ثَمَّ، لا يكون هناك أيّ أساس للرغبة غير المُشبَعة بردّ ورقة الخمسين دولارًا الواحدة؛ لأن الرغبة في المال، التي تفسِّر سبب مَيْلك لذلك الخيار، تُلبَّى بشكلٍ أفضل باختيار الورقتيْنِ.

إن القرارات من هذا النوع نادرة نسبية. لنفترض بدلًا من ذلك أن عليك الاختيار من بين الاستماع إلى محاضرة عن موضوع يثير اهتمامك، لنقل مثلًا السفر عبر النجوم أو تاريخ الدمية الروسية، وحضور حفلة عيد ميلاد لشخص التقيتَ به مؤخرًا وتودُّ التعرُّف عليه. فتصاب بالحيرة برغم أنك قررت، بالإجمال، أن الحفلة أهم من المحاضرة؛ فتؤثِر الذهاب إليها. إن مثل هذا القرار يستتبع خسارة غير معاوَضة، على عكس اختيار المئة دولار؛ ذلك أن قيمة المعرفة وقيمة الصداقة لا تتكافآنِ، كما أن القيمة الأكبر لا تستوعب القيمة الأقل، حتى وإن كان لديك ما يبرر اختيارك للقيمة الأخيرة. فالرغبة التي تفسِّر سبب مَيْلك للاستماع إلى المحاضرة لن تُلبَّى في حفلة عيد الميلاد، وستظلُّ معلقةً في قلبك لأنك لم تُشبعها.

قد يبدو هذا دراميًّا أكثر مما ينبغي؛ حيث إن ذكرى المحاضرة الفائتة لا تستثير اللوعة. بيدَ أن عدم تكافؤ القيم قد يكون أشد حِدّة. ففي رواية «اختيار صوفي» (Sophie's Choice) لويليام ستايرون المنشورة عام 1979، تُجبَر الأم على أن تقرر، لدى وصولها إلى أوتشفز، مَن يعيش من طفليها ومَن منهما يموت؛ وإن رفضت الاختيار فإنَّ كليهما سيُقتل، فتختار أن تضحي بابنتها[3]. ومُذّاك، تقضي ما تبقى من حياتها مثقلةً بالذنب، لا يهنأ لها عيشٌ ولا تطيب لها حالٌ، برغم صعوبة تمييز أيِّ الخيارَيْنِ أفضل؛ لأن قيمة حياة أحد الطفلين لا تُقاس بقيمة حياة الطفل الآخر. وفي مقالٍ مشهور، يكتب بول جان سارتر عن تلميذٍ جاء يطلب منه المشورة؛ هل يخاطر بحياته في المقاومة؟ أم يعتني بأمه التي ستكون لولا ذلك وحيدةً وبائسة؟[4] ما من سبيل لتجنب الخسارة التي لا يُمكن تعويضها.

تنطوي أوضح حالات قابلية القياس المشترك على الوسائل التي نستخدمها لغاياتٍ أخرى، كوسيلة الثروة. ومع هذا، يُمكن، من حيث المبدأ، أن تتوافر هذه القابلية في القيمة النهائية؛ حيث إنَّ جيرمي بينثام، الذي التقيناه في الفصل الثاني، كان يميِّز السعادة (مقياس الصواب والخطأ) من خلال «إحصاء السعادة» (felicific calculus) الذي يضع اللذّة مقابل تقليل الألم[5]. وكان يُعامِل اللذّة على أنها إحساسٌ متجانس وانفعالٌ تقديري، كثيرُه أفضل

(3) . William Styron, *Sophie's Choice* (New York: Random House, 1979).

(4) Jean- Paul Sartre, *Existentialism Is a Humanism* (New Haven: Yale University Press, 2007), 30- 31.

(5) Jeremy Bentham, *A Fragment on Government* (Cambridge: Cambridge University Press, 1988), 3.

من قليلِه. ففي الاقتباس المأثور الذي أساء نقله جون ستيوارت ميل، «إذا كانت كمية المتعة متساوية؛ فإن لعبة الدبوس تتساوى في قيمتها مع الشِّعر»[6] (لعبة الدبوس هي لعبة أطفال بريطانية كانت تُلعب في القرن التاسع عشر). حيث يرى بينثام أن الاختيار بين تجربتيْنِ ممتعتيْنِ يشبه الاختيار بين كومتيْنِ من النقود، ويجدُر بالمرء اختيار الكومة الأكثر دون تردُّد. فالمتعة التي يتلقاها تستوعب المتعةَ المرفوضة وتعوّضِها، وبهذا لن يفوته شيءٌ لأنه يحصل على مقدار أكبر من المتعة عينها. وبرغم ذلك، فإنَّ قيمة المتعة نهائية، على عكس قيمة المال؛ إذ يعتقد بينثام أن اللذة هي الغاية الأساسية للحياة البشرية.

هل من فائدة للمصطلحات؟ عندما أعيد التفكير بشأن الأمور التي لم أفعلها، وأبيات الشعر التي لم أنظمها، والأرواح التي لم أنقذها، ما حجم المواساة التي أتلقاها من قول إنَّ قيَم الشعر والطب والفلسفة غير متكافئة؟ وماذا عنك؟ هل يساورك شعورٌ أفضل الآن بشأن المسار الذي اتخذتْه حياتُكَ وبشأن حقيقة الفوات؟ على الأرجح لا. ولكن لحظة! ثمة طريقة أخرى للنظر في وضعنا هذا. لِمَ نواجه مشكلة الرغبة غير المُشبَعة حتى مع سير الأمور وفق ما نريد؟ لِمَ يكون منتصَف العمر طورًا للفوائت؟ إنَّ من الآثار المترتبة على انعدام قابلية القياس المشترك أننا لا نحصل على كل ما نريد، وما نحصل عليه لا يستوعب أو يعوِّض ما لا نحصل عليه. وهذا ينشأ من تنوع القيم في الحياة الإنسانية، وتعدُّد الأمور الجديرة بالرغبة

(6) John Stuart Mill, "Bentham," *Utilitarianism and Other Essays*, ed. Alan Ryan (London: Penguin, 1987), 132- 76, 173- 4.

والاهتمام والنضال والكفاح، على نحوٍ يفوق الحصر. ولن يُنجيك من الفوات إلا الجهل بمعظم الأمور ذات القيمة أو الافتقار المَرَضي إلى الرغبة؛ ولا يجدر بأحد أن يبتغي ذلك لنفسه.

حاولْ أن تتخيل الشكل الذي ينبغي أن تتخذه حياتُكَ لتتفادى الفوات الذي لا يعوَّض. عندما تواجه خياراتٍ متضاربةً، فلا بُدَّ أن تكون قيَمها قابلةً للقياس المشترك أو يجب ألّا يعني أحدها لك شيئًا. فلا يمكنك أن تُحب الشعر والطب والفلسفة في آنٍ معًا. كما سيَجب طمس معظم أشكال الخير في الحياة الإنسانية أو حجبها. وستكون تجربتك الوجدانية أُحادية اللون؛ حيث إن انعدام الصراع الداخلي يستلزم انعدام تنوع الحياة العاطفية الذي ينشأُ الصراعُ منه.

قد تأمل أن تحذو حذوَ بينثام في السعي إلى إيجاد نسقٍ للَّذة (hedonistic)، وحسابٍ للسعادة (felicific) يقتصر فيهما الخير على المتعة وغياب الألم. غير أن نظرية بينثام غير مقنعة، ليس لأن الحياة تزخر بما هو أهم من طبيعة شعورنا فيها فحسب، ولكن لأن الملذّات كذلك تكون غالبًا غير متكافئة. فلو خُيِّرتَ بين مشاهدة غروب الشمس والاستماع إلى سيمفونيةٍ ما، من الوارد أن تختار نشاط الاستماع، ولكن من المنطقي أن تُصاب بالحيرة؛ ذلك أن الرغبة في مشاهدة ألوان الغروب لن تُشبَع بصوت الموسيقى؛ لأننا نروم ملذّاتٍ معينة، لا انفعالًا تلذذيًّا متجانسًا.

ولتحقيق التكافؤ، يتعيّن عليك التنازل عن تنوّع أنواع اللذة أو تمايزها، مع قصر الاهتمام على موضوع المتعة كمًّا وليس كيفًا. ما يفضي إلى ضرورة تبسيط رغباتك تبسيطًا جوهريًّا؛ إما بملاشاة

معظم أشكال الخير، وإمّا بانصرافك عنها: «وهكذا لن تعيش حياةً إنسانية، وإنما حياةً مثل حياة المحار أو إحدى تلك المخلوقات الصدفية التي تعيش في البحر»[7]، كما يكتب أفلاطون في محاورة «فيليبوس» (Philebus). إن من يتمنّى حياةً لا فوات فيها إنما يتمنّى جدبًا بالغًا في العالَم أو نقصًا شديدًا في القدرة على التفاعل معه، وفي هذا تقييدٌ شديدٌ للآفاق. وثمة ما ينبغي قوله بهذا الخصوص، ففي الحالة المخالفة لانعدام تكافؤ، من المعقول التضارب بشأن انعدام التكافؤ ذاته، الذي هو سيئٌ بصورةٍ ما، ولكن سيكون من غير الطبيعي تفضيل التقليص اللازم لإصلاح الضرر.

إننا لا نستقي من هذا قاعدةً لتفادي أزمة منتصَف العمر، بل نصيحة لتجاوزها. فثمة عزاء في كون الفوات أثرًا جانبيًّا محتومًا لثراء الحياة الإنسانية. حيث إنّه يعكس أمرًا مدهشًا، وهو وجود الكثير من الأمور التي قد نميل إليها، والتي يعجز تاريخ الحياة عن استيعابها كلِّها؛ لتنوعها الهائل. وحتى الخلود لن يكون كافيًا؛ إذ ينبغي أن يتخذ تاريخ حياتك شكلًا محددًا يختلف عن الآباد الأخرى التي كان يُمكن أن تعيشها؛ فلا مناص من التفويت إذن. لذا حدِّث نفسك بهذا: برغم أني قد أندم حيال الندم، وأتمنى ألّا أترك أيّ رغبةٍ دون إشباع، إلا أنه من غير المعقول، في آخر الأمر، أن أوثِر امتلاك رغباتٍ يمكن تلبيتها بالتمام. إن شعور الفوات حقيقي، وهذا يستدعيني إلى التسليم به، لا تمنِّي زواله. تقبَّل فوائتك على أنها مقابل مناسب لفضل بقائك حيًّا.

(7) Plato, *Philebus*, trans. Dorothea Frede (Indianapolis: Hackett, 1993), 21c.

رجال السرداب

هناك حدودٌ لهذه النتيجة؛ لأنها لا تساعدنا على تجنب مشكلة الفوات، وإنما تقبُّلها فقط. فهي تهدف، بما أنَّها علاجٌ معرفيٌّ، إلى تغيير طريقة تفكيرنا ومِن ثَمَّ تغيير طبيعة شعورنا تجاه الظروف، وليس إلى تغيير الظروف نفسها. كما أنها لا تُعالج الندم الذي يمكن تفاديه، كالندم على الأخطاء والنكبات والإخفاقات، التي تبدو بها الحياة أسوأ مما كان يمكن لها أن تكون.

سنواجه الأوقات العصيبة في الفصل الرابع، ولكن قبل ذلك، هنالك إغفالٌ أوضح لمسألةٍ ما؛ فلا شيء مما قلته حتى الآن يبيِّن البُعدَ الزمني للفوات وعلاقته بالحنين. لمَ يتذكرُ المرء بحرقة الزمنَ الذي يسبق تحديد مسار حياته؟ ولمَ يتلهَّف إلى الشباب؟ لا لأنه كان يملك كل شيءٍ حينها، فعدم الحصول على ما نريد هو اللازمة الدائمة للطفولة، وإن لم يفوِّت حتى الآن أعمق رغباته، فقد كان محتمًا أنه سيفعل.

من الأسرار الكثيرة التي تستجليها رواية حديثة لجوشوا فيريس بعنوان «الصعود مرةً أخرى في ساعةٍ ملائمة» (To Rise Again at a Decent Hour) هو سرّ الحنين. تحكي الرواية قصة رجلٍ هائم، لا ينصرفُ لشيءٍ سوى لفريق بوسطن ريد سوكس. كما أنه ملحدٌ يحنُّ إلى المُطلق، وإلى اللغة الدينية والمجتمع الديني. إنها رواية عن محنة الفرد في المجتمع الليبرالي، وعن تفكك الحرية والحداثة[8].

(8) George Steiner, *Nostalgia for the Absolute* (Toronto: House of Anansi, 2004).

كما أنها «تتصدر القمة في أدب طب الأسنان»[9]، حسبما وصفتها جانيت ماسلين في صحيفة نيويورك تايمز.

وبما أني بريطانيّ، فأنا على دراية بالدلالة الحرفية والمجازية للتسوُّس. فعلى عكس التجاعيد وزيادة الوزن في منتصَف العمر، تعفُّن السن هو الاضمحلال المنظور للجسد، والعلامة الصريحة للتقهقر المتصاعد والمحتوم. فالأسنان لا تُصلِح ذاتها، كالعظام، ولكنها تتآكل بثبات، كما لو كانت جزءًا من جمجمةٍ ظاهرةٍ للعيان، إمّا أن صاحبها ميت وإمّا يوشك على الموت. أهيَ مصادفة أن يعاني ذات مرّة (رجل سرداب) دوستويفسكي، رمز القلق الوجودي، ألمًا في أسنانه لشهرٍ كامل؟[10] قبل بضع سنوات، طلبتُ من عاملةٍ في أحد الفنادق الكبرى في أثناء مؤتمرٍ للفلاسفة أن تُخمِّن طبيعة عملنا؛ فأجابت أننا «أطباء أسنان»، وهو تخمينٌ غير معقول بالنظر إلى كلِّ تلك اللّحى، ولم تقصد به المجاملة أو الإطراء. لكن ربما تكون قد أحسَّت أننا، أيضًا، نُحدِّق في الهاوية.

إن حقيقة التدهور الجسدي، التي تجعلها الأسنانُ محسوسة، هي واحدة من الحقائق التي قد نحاول تجاهلها، مثل راوي فيريس، الذي «يصفِّر عند قبر كلِّ فمٍ مفتوح»[11] مُحاوِلًا تجاهل خوفه. أو قد نتطلَّع إلى تغييرها، مثل مارتين آميس، الذي استهلك جزءًا

(9) Janet Maslin, "A Strikeout with Love and God," *New York Times*, September 16, 2014.

(10) Fyodor Dostoevsky, *Notes from Underground*, trans. Constance Garnett (Indianapolis: Hackett, 2009), 11.

(11) Joshua Ferris, *To Rise Again at a Decent Hour* (New York: Little, Brown, 2014), 21.

من رواية (The Information)، وهي رواية عن منتصَف العمر، في عمليةٍ ضخمة لترميم الأسنان[12]. ولكنها مسألة وقت ليس إلا؛ حيث يكتب آميس عن بطل روايته: «شعرَ ريتشارد، وهو ينظر الآن في المرآة في صبيحة عيد ميلاده الأربعين، بأن ما من أحدٍ استحق الوجه الذي كان لديه»[13]. لا بدّ إذن أن يكشف الجسدُ عن سنِّه؛ وإن لم يكن في الأربعين، ففي الخمسين أو الستين.

أتمنى لو أقول إن الفلسفة ستُعيق هذه العملية وتَقِف هذا التحوُّل البيولوجي، ولكنها لن تفعل. قد يتطلب هذا الكتاب ملحقًا يضم ثلاث نصائح سريعة حول العناية بالبشرة، واللياقة البدنية، والابتسامة البرّاقة، إلى جانب الملحق الخاص بالإغواء. ربما في الطبعة القادمة، إن كانت صورة جسدك الفتيّ الذي لم يعد فتيًّا منذ زمن هي ما يستثير فيك الحنين، وإن كنت تتلهف للوجه الذي تراه في الصور الملتقطة منذ 1996، فإن أفضل نصيحة أسديها لك هي أن تحزن سلفًا. فكما تقول نورا إيفرون: «كل ما تظن أنه مشوبٌ في جسدك في سن الخامسة والثلاثين، ستحنُّ إليه في سن الخامسة والأربعين»[14]. وطريقة الحنين المُسبق هي كالتالي: تخيل كيف ستشعر حيال الوجه الذي تراه في المرآة والجسد الذي تسكنه اليوم، عندما تعود بذاكرتك إلى الوراء قبل عقدٍ أو عقدينِ. قد يكون الأمر أسوأ ومن المؤكد أنه سيكون.

---

(12) "Martin Amis's Big Deal Leaves Literati Fuming," *New York Times*, January 31, 1995. Amis tells the story at length in *Experience: A Memoir* (New York: Vintage, 2001).

(13) Martin Amis, *The Information* (New York: Vintage, 1995), 30.

(14) Nora Ephron, *I Feel Bad about My Neck* (New York: Knopf, 2008), 124.

لا تكمن المشكلة في فقدان المظهر الفتي؛ حيث إن التحسُّر على الشباب الزائل لا يقتصر على الجانب الجمالي فحسب. إذ يُفضي التقدُّم في السن، كذلك، إلى نضوب الطاقة وقوة التحمل والحيوية، ما يؤدي إلى تداعي القدرات البدنية. إنه رمزٌ حسيّ للتناقص التدريجي في الإمكانات، في حين يرمز الشباب إلى الطاقات الموفورة والمستقبل الزاخر بالفرص كما لو أنه سيظل كذلك دائمًا. هذا ما أتصورهُ عندما أفكر بالفوات وأتوق إلى ذاتي الفتية ذاتَ السابعة عشرة، وهو مبعثُ اشتياقي إلى الماضي.

ثمة لغزٍ يُبرزه فيريس هنا من خلال طبيب أسنانه الهائم، بول أورورك. لاحِظ كيف يُقنع نفسه بعدم الإنجاب:

«كان هناك شيءٌ قد يكون كلُّ شيء، وفكَّرت أنهم الأبناء؛ منذ لحظة ولادتهم، وحتى تحين اللحظة المناسبة لهم للالتفاف حولك لسماع كلمتك الأخيرة، وكل حدثٍ بين اللحظتين. ولكن لكي يكونوا كل شيء، فهذا يُحتِّم عليهم كذلك أن ينوبوا عن كل شيء؛ فلا مزيد من المطاعم، والمسرحيات، والأفلام، والمتاحف، والمعارض الفنية أو أيٍّ من الأنشطة الوفيرة التي تُمكِّن لها المدينة. ولم تكن هذه مشكلةً مستعصيةً لي، بالنظر إلى قلّة انغماسي في هذه الأنشطة في الماضي؛ ولكنها كانت تعيش داخلي كخيارات، والخيارات مهمّة»[15].

ما قيمة امتلاك الفرد لخياراتٍ لا يُمارسها، أو سبلًا لا يعبرها؟ بالنسبة لبول، «[كل] ليلة كانت ليلةً من الإمكانات اللامحدودة الفائتة، والحياة المُضيَّعة، وفرص العيش، والاستكشاف،

(15) Ferris, *To Rise Again at a Decent Hour*, 81.

والمجازفة، والترقُّب المهدورة»[16]. إنه يتجنب الفرصة ليدَّخِر لنفسه مزيدًا من الفرص التي لن يغتنمها؛ وهذا لا معنى له.

ما مدى اختلاف حماقة بول عن حنيني إلى الماضي؟ يبدو طبيعيًّا أن يرغب المرء بمستقبلٍ حُرٍّ وفرصٍ لا تنفد، ولكن يصعب شرح السبب عند التفكير في الأمر. فلو أن الأمور تسير على نحوٍ جيدٍ، لا تكون الخيارات التي نتخذها أسوأ من تلك التي نرفضها. (إننا نستبعد الأخطاء والنكبات والإخفاقات في الوقت الحالي فقط). فماذا فقدنا؟ لِمَ ينبغي لِيّ التلهف إلى الزمن الذي يسبق اختياري لمجال الفلسفة، حينما كان بإمكاني أن أكون طبيبًا أو شاعرًا، ما دمتُ لا أرى أني أخطأتُ الاختيار؟ ما الذي أجنيه من امتداد الإمكانات التي لن أمارسها؟

شرح النكتة يُفسدها. لذا، أستميحك عذرًا في تقديم حجة تُفسِّر ما هو مُضحك بشأن بول، التي استوحيتها من الفيلسوف الأخلاقي جيرالد دوركين[17]. (إنها حجة معقَّدة نوعًا ما، ما يجعلها تُفسد الدعابةَ أيضًا. ولكن ما نخسره في الفكاهة، نكسبه في الفهم). هبْ أن هناك ثلاث نتائج: «أ»، و«ب»، و«ج»، تُرتبها أنت بهذا الترتيب. ولو كنت ستُحدِّد نتيجة، فستختار نتيجة «أ» على «ب» ونتيجة «ب» على «ج». والآن افترض أن امتلاك الخيارات أمرٌ مهم، كما يعتقد بول: وجود البدائل له قيمة نهائية، إضافةً إلى قيمة البدائل ذاتها. هذا يستتبع أن الحصول على «ب» و«ج» بوصفهما

(16) Ferris, *To Rise Again at a Decent Hour*, 42.

(17) Gerald Dworkin, "Is More Choice Better Than Less?" *Midwest Studies in Philosophy* 7 (1982), 47–61, 60.

بديليْنِ أفضل من الحصول على بديل «ب» فقط دون وجود بدائل. يبدو هذا معقولًا، ولكن الغريب هو أنه إذا كانت نتيجة «أ» أفضل قليلًا من نتيجة «ب»، مع وجود قيمة في امتلاك الخيارات، فقد يكون من المنطقي تفضيل الاختيار من بين نتيجتيْ «ب» و«ج» على امتلاك نتيجة «أ» فقط، برغم أنك تفضِّل «أ» على «ب» أو «ج»، بوصفهما خيارَيْنِ منفردَيْنِ؛ حيث إن قيمة الاختيار هي قيمة نتيجة «ب»، التي ستختارها، إضافة إلى قيمة امتلاك البدائل؛ ولو كانت هذه القيمة أكبر من الاختلاف بين نتيجتيْ «أ» و«ب»، بوصفهما خيارَيْنِ منفردَيْنِ، فإن الحصول على خيار بين نتيجتيْ «ب» و«ج» أفضل من الحصول على نتيجة «أ» فقط. ولكن هذا غير منطقي؛ إذ مَن سيؤثِر الاختيار بين بديليْنِ كلٌّ منهما أسوأ من نتيجة «أ» على امتلاك نتيجة «أ» ذاتها؟ هذا ليس سؤالًا بلاغيًّا؛ فرجل السرداب يتخذ، وهو يرتع في ألم أسنانه، الخيارَ الذي وصفتُه بالخيار العبثي، حيث يقول، نابذًا «المتعالمين» أمثالي: «ما الذي جعلهم يدركون أن الإنسان بحاجة إلى إرادة سويّة وعقلانية؟ ما يحتاج إليه الإنسان ببساطة هي الإرادة المستقلة، مهما يكن ثمنها ومهما تكن عواقبها. والشيطان وحده، بلا ريبٍ، يعرف ما هي الإرادة حقًّا»[18]. عندما تطرح خيارًا أمام رجلٍ يتلذَّذ بألم أسنانه، تُدركُ أنك ارتكبت خطأً؛ فالخيارات لا تملك القيمة التي يتصورها بول.

كل هذا يشير إلى اللغز المذكور أعلاه، لغز الحنين إلى إمكانات الشباب الأوسع، كحنيني. إن لم أندم على الطريق الذي سارت عليه

(18) Dostoevsky, *Notes from Underground*, 20.

حياتي، فما الجاذب في امتلاك البدائل مثلما امتلكتها من قبل؟ لماذا أتطلع إلى خيارات لن أتخذها؟ هل أنا في حيرةٍ من أمري؟

لا تتعجَّل بالإجابة، بل انظر عوضًا عن ذلك فيما تدَّعيه الحجة المقدَّمة من فيريس ودوركين التي تضع حدًّا لقيمة امتلاك البدائل. من الحماقة تفضيل وجود خيار بين «ب» و«ج» على وجود خيار «أ» فقط إن كنت تُفضِّل «أ» على «ب» أو «ج» بوصفهما خيارَيْنِ منفردَيْنِ. ولكن قد لا يزال من المنطقي الرغبة في وجود خيارات، بحيث يفضل الفرد الاختيار بين «ب» و«ج» على عدم وجود أي بديل، على أن يختار «ب».

هناك أسبابٌ وجيهةٌ للرغبة في توافر الخيارات أو في انعدامها. فقد يتوقّف معنى النتيجة على الأثر الناتج عن توفر البدائل، سواء أكان أثرًا نافعًا أم ضارًّا، وقد تتغير قيمتها بالتبعية. فعند النظر إلى معضلة صوفي، نجد أن جانبًا من فظاعة مأزقها يتمثل في أنها كانت ستتمكن من إنقاذ أيِّ طفلٍ تختاره من طفليها، حتى لو تحتَّم الموتُ على الآخر. وفي هذه الحالة، يكون الاضطرار إلى الاختيار أسوأ من عدم وجود بدائل.

ومن الأمثلة المبهجة على ذلك هي حياة ريجنالد بيرين، التي جاءت موضوعًا لرواية كتبها ديفيد نوبز واستُوحيت منها سلسلة تليفزيونية شهيرة[19]. ولمن هو غير مهتم بالسلاسل التليفزيونية الهزلية البريطانية في أواخر السبعينيات، فهذا مختصر القصة:

(19) David Nobbs, *The Death of Reginald Perrin* (London: Victor Gollancz, 1975); adapted for BBC1 as *The Fall and Rise of Reginald Perrin*, starring Leonard Rossiter.

يهرب ريجي بيرين من وظيفته الروتينية الرتيبة في سَن شاين ديزيرتس، ويتظاهر بالموت تاركًا ثيابه وحقيبته على الشاطئ، ليعود مجدَّدًا بعد مغامرات مأساوية حافلة، متنكِّرًا باسم «مارتن ويلبورن»، الذي يتزوج أرملة ريجي، إليزابيث، ويُعيَّن بديلًا له في العمل. ما الهدف من هذا التكرار الهزلي المحكم؟ ما الذي يريد ريجي إثباته؟

«ماذا، حقًّا، أنه لم يكن نتاجًا فحسب للهفوات الفرويدية والتجارب المؤلمة والتعليم السيّئ والعبث الرأسماليّ؟ وأنه كان أكثر من مجرد نتيجة لكل ثانية وكل دقيقة وكل يوم من سنواته الست والأربعين؟ وأنه قادرٌ على التصرّف بطريقة لم تكن متوقعة تمامًا؟ وأن ماضيه لم يكن حارسًا لمستقبله؟ وأنه لن يموت في لحظةٍ محددة من يومٍ محدد قُرِّرت سلفًا؟ هل يثبت أنه كان حرًّا؟»[20]

برغم احتمالية إفساد نكتة أخرى، فإنّ ريجي لم يكن يهرب من حياته، التي كانت هانئة تقريبًا مثل أيّ حياةٍ أخرى برغم تفاهتها، بل كان يهرب من شعور افتقاره إلى البدائل. وتقوده عبقريتُه إلى فكِّ حبال وجوده الدنيوي؛ ليعيد ربط العُقدة مرة أخرى، تعبيرًا عن الإرادة. إن زواج ريجي بإلزابيث وعمله في سَن شاين ديزيرتس يحملانِ معنًى مختلفًا في النهاية عن البداية، مهما بدا التشابه بين الحياتيْنِ. فهما يُمثّلانِ عالمًا اختاره بمحضِ إرادته، وإن كان ساخرًا، وليس سجنًا لا يستطيع الهروب منه.

(20) Nobbs, *Death of Reginald Perrin*, 35- 36.

يردُّ ريجي بيرين ردًّا مبهجًا على بول أورورك ورجل السرداب؛ فهو يقدِّر امتلاك الخيارات إلى حدِّ تحدي العُرف، وليس إلى حدِّ التضحية بالنتيجة الأفضل لصالح الاختيار من بين الأسوأ. وبهذا فإنَّه يفلت من الفجوة في الحجّة أعلاه كما لو كانت مُساقةً لصالحه؛ إنه بطلٌ وجوديٌّ.

كما أنه يمثّلُ نموذجًا لي للتفكُّر في حنيني إلى الماضي. من المنطقي أن نرغب في امتلاك الخيارات وأن نستاء من التقييد، حتى عندما تسير الأمور على ما يرام. لا يسعني الآن أن أكون شاعرًا أو طبيبًا بالصورة التي تخيلتُها مسبقًا، ولو آثرت الاستمرار في مجال الفلسفة، فهذا الخيار لن يكون مع ذانِك الخيارَيْنِ، بل مع أخرى أكثر تقييدًا. وفي هذا السياق، يكون معنى اختياري مختلفًا عن معناه في سنِّ السابعة عشرة، لأن شيئًا ما قد فُقِد؛ حيث إنَّ الفوات في منتصَف العمر لا يقتصر على فوات مسارات الحياة الأخرى، بل يشمل أيضًا فقدان معنى امتلاكها كخيارات في حياة المرء الحاضرة. فأنا أريد أن أؤدي عملي لغاية تأديته، لا لحاجتي إلى دفع الفواتير، على غرار الزميل الذي اقتبستُ عنه في البداية.

في الوقت ذاته، قد يتعرض المرء للتضليل، بحيث يخلط بين العجز المرتكز على فقد الإمكانات، وقصور النتيجة التي يعيشها. ليس ثمة خطأ في الامتعاض من قيود منتصَف العمر، ولكن من اللَّبس الاعتقاد أن تلك القيود تُسوّغ التغيير الجذري، واستبدال بديلٍ بين نتيجتي «ب» و«ج» بنتيجة «أ»، ما يجعل الأمور تسوء أكثر مما هي عليه. والحقيقة، من دون عبقرية ريجي بيرين، هي أن

قراراتك في منتصَف العمر لا يمكنها أن تحمل المعنى الذي حملته قبل عشرين عامًا، وحتى ربحي لا يمكنه أن يعكس مرور الزمن.

لذا، هذه نصيحة إضافية من الفلسفة، إن لم تكن قاعدةً أخرى. حدِّث نفسك بهذا: في حين أن هناك أسبابٌ تدعو المرء إلى تغيير حياته، كالوظائف المُحبطة، والعلاقات الزوجية الفاشلة، وسوء الحالة الصحية، فإنّ جاذبية التغيير في حدِّ ذاته قد تكون مُضلِّلة. ولأن ثمة قيمة في امتلاك الخيارات، فإنك ستحنُّ إلى امتلاكها: وهذه حجة لصالح الحنين. ولكن من السهل المغالاة في تقدير هذه القيمة، ومن السذاجة الاعتقاد أن من شأن امتلاك الخيارات أن يعوِّض عن بلوغ نتائج قد لا تفضلها، بوصفها نتائج منفردة. فكِّر مرتيْنِ قبل أن تهدم بيتكَ؛ هل تنفر من الفراغ داخله؟ أم من كونه مُحاطًا بالجدران؟

عزاءات

لدينا خيطٌ أخير ينبغي حلُّه، وهو الخيط الذي يجمع بين الماضي والحاضر، وبين حرقة الحنين والتمني الخائب. بدأت قصتنا بالحقيقة المحتومة المتمثلة في تفويت الرغبات ذات المغزى بحلول منتصَف العمر. وفي هذا الشأن، يقول الكوميدي ستيفن رايت ساخرًا: «لا يمكنك الحصول على كل شيء. أين ستضع كلَّ هذا؟»[21].

لم تكن حقيقة الفوات مسألةً خافية، فقد كان عليَّ في السابعة عشرة أن أقرِّر أيَّ مسلكٍ سأسلكه في حياتي، أهو الشعر، أم الطب،

(21) Steven Wright, *I Have a Pony*, Warner Brothers B001VFMSZG, 2009, CD.

أم الفلسفة، وقد كنت أعرف حقًّا ما أريد. فبرغم إصرار والدي على مجال الطب، كنت متيقنًا أني لن أكون سعيدًا بقراءة الفلسفة أو كتابة الشعر كنشاط جانبي مضافًا على عملي الدائم. ولكن على الرغم من إدراكي بأني كنت مضطرًّا للتضحية بشيءٍ ما، لكني لم أكن أشعر بالفوات مثلما أشعر به الآن. وهذا سببٌ آخر للحسرة؛ فقد كانت ذاتي الأصغر محميةً، بطريقةٍ ما، من ألم الرغبة غير المُشبعة، في حين أننا معرَّضون له في منتصَف العمر.

ما الذي يُفسِّر هذا التحوُّل في المنظور؟ لمَ يرتفع الثمن الوجداني للفوات برغم أنه كان محتومًا منذ البداية؟ أحد التغيُّرات الجليّة أنَّ فوائتي كانت مستقبليةً ذات يوم؛ بيدَ أنها أضحت الآن حاضرةً أو سابقةً. فالحياة التي لم أكن لأعيشها آنذاك أمسَت حياةً لا أعيشها الآن ولن أعيشها أبدًا. ولكن برغم أن سهم الزمن له دورٌ يؤديه في أزمة منتصَف العمر، كما سنرى في الفصل الخامس، فإن الحنين للفوائت لا يُعدُّ ظاهرةً زمنية في نهاية المطاف.

يمكننا إيضاح هذا الأمر باختزال حياتي البسيطة أصلًا. تخيل أنه كان عليَّ في الثامنة عشرة أن أقرِّر قرارًا لا رجعة فيه بشأن اختيار المهنة التي سأعمل فيها. إنه قرارٌ صعبٌ بلا شك، لأنني سأكون فور اتخاذه في وضعٍ يتيح لي إدراك الفوات الذي يُقلقني الآن؛ إذ إني سأذوق مرارة الحرمان المتوقَّع حينما أفكِّر في القصائد التي لن أنظمها والأرواح التي لن أنقذها. وبهذا، فإنَّ الفوائت التي لم تفت بعد لن تجنِّبني الخوف والحيرة.

وحتى في حياتي الواقعية غير المبسَّطة، أحدَث قراري غير البات بالعمل في مجال الفلسفة شيئًا يُشبه الندم على المسارات المستقبلية التي كنت أستبعدها. فما أتعطش إليه بشأن ذاتي في السابعة عشرة لا يتمثل في وجود كل تلك الخيارات أمامي، بل في الوقت الذي يسبق اضطراري إلى الاختيار قبل أن أعرف ماذا ستكون فوائتي. لذا، فإن التحوُّل في المنظور ليس زمنيًّا، وإنما «معرفي»، بتعبير الفلاسفة، لارتباطه بالمعرفة والإدراك. فمن الناحية الوجدانية، هناك فرق جوهري بين أن أعرف أني سأفوِّت أمرًا قيِّمًا وأن أعرف ما هو هذا الأمر، وبين أن أعرف أني لن أحقق كل طموحاتي وأن أعرف أيُّها تحديدًا. فأنا لا أشعر بألم الفوات إلا حينما أدرك أني لن أصبح شاعرًا أو طبيبًا، وليس قبل ذلك. أو بالأحرى، أعيشُ الصراع حينما أدرس الأمر بجدية وأقرِّر فعلًا. وهذه الحالة لا تقتصر عليَّ وحدي؛ حيث توجد أدلة تجريبية تؤكد أننا نواجه صراعًا مع الخيارات التي تنطوي على فواتٍ لا يعوَّض. ففي دراسة استقصائية أجريت عام 2001 على مستهلكين يتخذون قرار شراء سيارة، مع وجود عدد من المحاسن والمساوئ في كل خيار، «خلُصَ الباحثون إلى أن الاضطرار إلى المفاضلة عند اتخاذ القرارات يجعل الناس مستائين ومترددين»[22]. وهذه النتيجة دامغة، حيث تظهر في دراسةٍ تلو أخرى[23]. فالاختيار بين القِيَم غير المتكافئة يُفضي، على نحوٍ مشروطٍ ومُتوقَّع، إلى الشعور بالرغبة غير المشبَعة. فلا عجب أن

(22) Barry Schwartz, *The Paradox of Choice* (New York: HarperCollins, 2004), 125.

(23) Schwartz, *Paradox of Choice*, chapter 6.

يكون الاختيار مكروهًا، وأن نكون مترددين عند اتخاذ القرارات إذا كنا نتوقع عدم الرضا مهما كان الاختيار.

إن ما يربط بين الحنين والفوات لا علاقة له بالزمن الذي كنا نستطيع فيه الحصول على كل شيء، وإنما بالزمن الذي كان يسبق اضطرارنا إلى الالتزام بقراراتنا ومن ثم مواجهة فوائتنا. على الصعيد الواقعي، يأتي الالتزام بالتدريج، وليس بعقدٍ ثابتٍ وموقَّع في سن الثامنة عشرة؛ فالخيارات تتضاءل بمرور الوقت، ومن السهل ألّا ننتبه لهذا حتى فوات الأوان. وهكذا أجد نفسي في الأربعين، أتخيلُ الأيام الهانئة في السابعة عشرة، حينما كنت أجهل ما أننا بصدد تفويته. ومع ذلك، ثمة شيء زائف في وصف الشباب هذا مهما كانت جاذبيته، وهو ما حاولت إيضاحه. فهو يغفل عن العلّة الأساسية الممثلة في الجهل بما لن نفعله وبما نريده. وللكشف عن انحراف دافع الحنين إلى الشباب، يُمكننا أن نتخيل وسائلَ أخرى للاستجابة له. فإن كان ما أريده هو جهلي بما سأفوّته لتفادي الشعور بفواته، لِمَ لا أرغبُ في فقدان الذاكرة الانتكاسي؟ بحيث أتمكن من استعادة ما كنتُ أحظى به في السابعة عشرة بنسيان ما أقدمتُ عليه، ربما بتذكر أنني إما شاعرٌ أو طبيبٌ أو فيلسوف، دون أن أتذكر أيّها يُمثلني. قد يبدو هذا غريبًا، ولكن ثمة جاذبية في هذه الإمكانية التي تُفضي إلى إرجاء الانفعال العاطفي. وهذا يمنحني سببًا لأصبو إلى ذاتي الفاقدة للذاكرة التي تقاوم الحنين إلى فرص الشباب؛ فما أتوق إليه هو تحررها النسبي من الندم وليس إلى مستقبلها. على الجانب الآخر، أشكُّ في أنك ستختار فقدان الذاكرة الانتكاسي لو أمكن لك الاختيار، ولن أختاره أنا الآخر. فلكي

نكون على بيّنة، من شأن فقدان الذاكرة أن يكون مؤلمًا، لما ينطوي عليه من فقدانٍ مدمِّرٍ للهوية؛ من أنا؟ وماذا أفعل في حياتي؟

وعلينا ألّا ننسى أن الأمر ينطبق، إلى حدٍّ ما، على كون المرء في عمر السابعة عشرة؛ فجهله بما سيفعله في حياته قد يكون ضربًا من التحرر، ولكنه يُفضي إلى تشتت الفكر والحيرة. وتُنبِّه الكاتبة ميغان داوم إلى هذا التضارب في مقالةٍ حديثة تقول فيها:

«والآن بعد أن أوشكت ألّا أكون أصغر شخص في أيّ غرفة أتواجد فيها مع أحد، أُدرك أن أكثر ما أفتقده بشأن تلك الأحايين هو الشيء عينه الذي كان يثير جنوني حينما كنت أعيش فيها. إنّي أحنُّ إلى الشعور بأن شيئًا لم يبدأ بعد؛ حيث يسمو المستقبل على الماضي، والحاضر ليس إلّا مرحلة تخطيط للبناء البهيّ الذي سيشكِّل أفقَ بقية حياتي. ولكن ما أنساه هو الشعور بالوحشة الذي يبعثه كل هذا. فلو أن كلَّ شيءٍ كان مرتقبًا، لن يكون هناك ماضٍ سالف. ما من مرساة يوازن بها المرء حياته، ولا حتى ريحًا مواتية يعرف بها وجهته. فهو بالكاد يعرف ماذا يفعل، لأنه لم يفعل شيئًا يُذكر. وأظن أن هذا هو السبب الذي يجعلنا نرى في الحكمة عزاءً للتقدم في السن؛ إذ يُفترض بها أن تستفزنا إلى فعل ما هو أجدر من القعود والترقُّب بريبة، بينما يُلقي الماضي بظلاله على المستقبل»[24].

(24) Meghan Daum, *The Unspeakable* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 2014), 88.

فعندما نُصاب بالحنين، حتى وإن جرت الأمور وفق ما نريد، من الحكمة أن نتذكر خرابَ ساحة اللعب: الارتياب، والالتباس، والرجاء، والخوف.

وأنا أسلِّم بأن الحنين للبدائل الفائتة يشوِّشه التفكُّر فيما مضى. فعندما أنظر للوراء وأنا في حالةٍ من الاستقرار النسبي، فإنّي أعزِّز شبابي ببعض اليقين النابع من امتلاك هويةٍ مؤكدة بطريقة أو بأخرى. في الوقت ذاته، يتراءى لي مستقبلٌ رحِب، وجهلٌ بالقادم يحميني من الرغبة غير المشبَعة. غير أن هذه نظرةٌ واهمة؛ إذ لا يسعك الجمع بين الأمرين، أن تعرف من تكون وتجهل من لا تكون.

ولعلَّنا نختم بشذرة أخيرة من العلاج المعرفي. فإن كنتَ تتوق إلى لا محدودية الطفولة، كما هو الحال معي ومع ووردزوورث، حينما كان كل شيء ممكنًا تقريبًا، قل لنفسك إن ما تشتاق إليه شبيه بفقدان الذاكرة الانتكاسي؛ لأنه يتطلب اجتثاثًا مماثلًا للنسيج الذي يعطي معنًى لحياتك، كما أن جاذبيته وهمية. إلى جانب ذلك، يمكننا أن نقترح قاعدتيْنِ سابقتيْنِ: لا يمكنك تفادي الفوات إلا باختزال العالم اختزالًا هائلًا أو بتقليص تفاعلك معه، وأنَّ قيمة امتلاك الخيارات في غاية المحدودية على نحوٍ لا يُبرر تضييع حياتك من أجلها.

وهكذا تُختتم واحدة من المحاولات المبدئية لاستعمال الأدوات الفلسفية في التعامل مع الماضي: السُبُل التي لم تُطرق، وأشكال الحياة التي لم تُعاش. وإلى حدٍّ ما، يرتكز الحنين للشباب والندم على الفوائت على التقدير الخاطئ للقيمة أو على وجود قصورٍ في التفكير بشأن الآثار المترتبة على رغبات المرء، وكلاهما قابلٌ للعلاج

الفلسفي الذي يُقدِّمه هذا الفصل. لا أملك أن أُبيِّن حجم المواساة التي ستستمدها من الحجج التي أوردتها، لكنّي آملُ أن تجد فيها شيئًا من العزاء. غير أني أستطيع أن أقول بكلِّ صدق إن تلك الأفكار أفادتني وأنا أتهيأ للانتقال إلى منتصَف العمر.

إنّي أتوقع احتجاجًا؛ فالفلاسفة، الذين لا يحبون شيئًا أكثر من معارضة بعضهم، سيسارعون في تذكيرك بأني هوَّنتُ الأمور على نفسي. فلقد قرَّرتُ، في النهاية، أن الحياة المعنيّة تسير على ما يرام، سواء أكانت حياتي أم حياتك. كان علينا أن نتجاهل، في الوقت الحالي، التحسُّر على تحوُّل حياة المرء للأسوأ نتيجة الأخطاء والنكبات والإخفاقات. والتحدي الحقيقي لا يكمن في تقبُّل استحالة أن أكون شاعرًا أو طبيبًا مع يقيني بأن العمل في مجال الفلسفة لم يكن قرارًا خاطئًا؛ وإنما في تقبُّل استحالة أن أمحو ما لم يكن ينبغي لي قوله أو فعله، وفي التكيُّف مع عجزي عن تغيير الأحداث الماضية التي أضرَّت بحياتي، ومع افتقاري إلى الفرص الأخرى التي كان من الممكن أن أتدارك بها ما حصل. قد تمنح الفلسفة عزاءً للشكاوى الرتيبة الصادرة من أعظم الناس حظًّا. ولكن ماذا بوسعها أن تفعل لبقيتنا؟ هل طوَّر الفلاسفة أو عيَّنوا أساليبَ خاصة للتعامل مع الندم في أقسى أشكاله وأكثرها تطويقًا؟ في الفصل الرابع سنعرف أن الجواب هو، نعم.

4

الرجوع إلى الماضي

الأخطاء، والنكبات، والإخفاقات: كلُّها قرارات ما كان يجدر بك اتخاذها، وصعوبات ما كان يجب عليك مواجهتها، ومخططات لم تنجح كما كان ينبغي لها. ولا أحد يصل لمنتصف العمر دون أن ينال نصيبه منها. والسؤال الآن هو ماذا نفعل حيالها؟ كيف نتعامل مع الحالات التي تكون فيها الحياة على عكس ما كنّا نرجو؟ إنَّ الفلسفة تعجز عن تغيير الماضي، ولكن بمقدورها مساعدتنا على تقبُّله. وسأحاول أن أشرح في هذا الفصل كيف ذلك.

وقبل أن نبدأ، يتعيّن عليَّ التصدي لبعض التشكك الاستباقي. قد يظن البعض بمجرد سماع السؤال: كيف نشعر حيال الأخطاء والنكبات والإخفاقات؟ أن الجواب واضحٌ للغاية. فبعيدًا عن خداع الذات أو التعلُّل بالأوهام، ما الموقف الذي يمكننا اتخاذه تجاه أحداثٍ كهذه إلّا أن نتمنى بشدّة وبصراحة لو أنها لم تحدث قط؟ ماذا بأيدينا سوى أن نرجو دون جدوى لو يُكتب التاريخ من جديد؟ لو أنِّي قلتُ الحقيقة، لجاء الاختبار سلبيًّا، ولو أنِّي انتظرتُ عامًا آخر، لاختلفت الأمور وأصبحت أفضل مما هي عليه. إن الاستغراق في الماضي لا يُفضي إلى شيء، لا سيَّما أنَّ الزمن قد يُضعف من حدّة الغضب والخزي. ولكن ليس ثمة نفعٌ يُرجى من المراوغة؛ فمن

لا يُعجب بالصراحة الفظّة التي امتاز بها فرانك باسكومب، المُحرّر الرياضي في رواية ريتشارد فورد المنشورة عام 1986، حينما قال:

«والآن سأكتفي بقول هذا: لو أن ثمة ما يُعلِّمك إياه التحرير الصحفي الرياضي، مع ما يزخر به من حقائقَ وأكاذيبَ على حدٍّ سواء، فإنك ستتعلم منه أن حياتك لن تكون جديرة بأي شيء إلا إذا واجهت احتمالية التعرض للندم الشديد الحارق عاجلًا أم آجلًا؛ برغم ضرورة أن تتمكن كذلك من تفاديه لكيلا تتدمَّر حياتك»[1]؟

النصيحة هي: لا تُخفق! لأنك ما إن تفعل سيكون الأوان قد فات.

ولكن ليس بالضرورة أن الأوان قد فات؛ ففي حكمة فوكنر المأثورة التي تشوَّه غالبًا، «الماضي لا يموت أبدًا، بل إنه ليس ماضيًا حتى»[2]. هناك فرق بين الأخطاء والنكبات والإخفاقات من جهة، والندم من جهة أخرى. إذ يُمكننا أن نفصِل ما كان يجب عليك فعله، أو استحبابه، أو تفضيله آنذاك، عمّا يُفترض بك تفضيله عند النظر للأمور في وقتٍ لاحق. وهذا يتضح جليًّا عندما تأتي النتائج على عكس المتوقع. وفي هذا الصدد، يعطي الفيلسوف جاي والاس مثالًا دقيقًا يُفسِّر هذا الأمر[3]. لنفترض أني وعدتُ بإيصالك للمطار، ولكنّي أتكاسل عن الاستيقاظ في يوم الرحلة، فتفوتك الطائرة، وتكتشف لاحقًا أنها تحطمت فوق المحيط وقُتل كلُّ من

(1) Richard Ford, *The Sportswriter* (New York: Vintage, 1995), 4.

(2) William Faulkner, *Requiem for a Nun* (New York: Vintage, 2012), 73.

(3) R. Jay Wallace, *The View From Here: On Affirmation, Attachment, and the Limits of Regret* (Oxford: Oxford University Press, 2013), 98- 99.

كان على متنها. لقد فعلتُ شيئًا ما كان يجدر بي فعله عندما أخلفتُ بوعدي؛ ولكني لا أتمنى أنِّي فعلتُ العكس عند التأمُّل فيما جرى، ولا أنت أيضًا! إنَّ الفرق هنا ليس مُهمًا بصورة خاصة، ولكنّه مع ذلك يُغفَل في كثيرٍ من الأحيان. تستشهد عالمة النفس جانيت لاندمان في كتابها «Regret: The Persistence of the Possible» (الندم: إصرار الممكن)، باستطلاعٍ أجرته مؤسسة غالوب عام 1949، يطلب من عينة وطنية من الراشدين تحديد «أكبر خطأ في حياتهم حتى الآن»[4]. وقد كان 69% منهم على استعداد للاعتراف بخطأ واحد، حيث حقق خطأ «عدم الحصول على مزيد من التعليم» النسبةَ الأعلى، بهامشٍ ما، وفقًا لما ذكره 22% من المستجيبين، وقال 10% منهم إنهم اقترفوا أخطاءً في الزواج، في حين قال 8% إنهم لم يُوفَّقوا في اختيار الوظيفة. وفي عام 1953، أجرت مؤسسة غالوب استطلاعًا آخرَ، ورَد فيه السؤال التالي: «بشكلٍ عام، لو تمكنتَ من عيشِ حياتك تارةً أخرى، هل ستعيشها كما عشتها من قبل؟ أم على نحوٍ مختلف؟»[5]. وقال أقل من أربعين في المئة من الأشخاص إنهم كانوا سيعيشون حياتهم على نحوٍ مختلف لو عاشوها ثانيةً. و«لاندمان» تعجز عن تفسير هذا الانخفاض الجسيم في النسبة. هل قلّل ترومان معدَّل الندم على نحوٍ هائل خلال أربع سنوات فقط؟[6] هذه معجزة! ولكنَّ السؤالانِ المطروحانِ في الاستطلاعَيْنِ

(4) Janet Landman, *Regret: The Persistence of the Possible* (Oxford: Oxford University Press, 1993), 93–94.

(5) Landman, *Regret*, 93.

(6) يشير المؤلف إلى الرئيس الأمريكي هاري ترومان الذي تولّى منصب الرئاسة 12 من إبريل 1945 حتى 20 من يناير 1953 (المترجمة).

مختلفانِ ببساطة. فالأول يتعلق بالأخطاء: الأمور التي ما كان ينبغي فعلها، بينما الثاني يتعلق بالندم: الأمور التي كنت ستتراجع عنها الآن لو استطعت. وبتراجعك عنها، فأنت لا تمحو الأخطاء فقط، بل أيضًا كل ما يثمر عنها في حياتك اللاحقة. وهذه إمكانية مُربكة للغاية؛ فإن كان الندم على الأخطاء ينطوي على الاعتراف بالخيبة، إلى جانب تمنِّي محو الخطأ من سجل الماضي مع ما نتج عنه من آثار كما لو أنه لم يُقترف قط، فلا عجب أن تنخفض الأرقام.

هناك إذن بصيصُ أمل. فحتى عندما نرتكب الأخطاء، ونتكبَّد المصاعب، ونشهد فشل مساعينا، يمكننا أن نتتبع المسافة بين الصراحة والندم، بين تقبُّل الماضي على حقيقته والرغبة في إرجاعه إلى النقطة التي ساءت الأمور فيها. على الأقل، لسنا بحاجة، من حيث المبدأ، إلى آلة زمن لكبح الندم الذي يستبد بالمرء في منتصَف العمر. إنما نحتاج إلى طريقة عقلانية لتغيير منظورنا عن الأحداث الماضية في ضوء علاقتها بالحاضر. وفيما يلي، سنستكشف إمكانات فعل ذلك، بحيث نبدأ باستعراض بعض التدابير المباشرة والإقرار بقصورها قبل محاولة تبرير بعض الأساليب التي تجمع في آنٍ معًا بين الفاعلية والإشكال. وآمل أن تجد، في النهاية، بعض الاستراتيجيات التي يمكنك الاستفادة منها.

حالة مؤقتة

تمهيدًا للموضوع، تخيَّلْ نسخةً خياليّةً مني يفتقر إلى الجرأة على العمل في مجال الفلسفة، بحكم ميدانه الكئيب، وينتهي به

الحال محاسبًا عوضًا عن ذلك. افترض، مع اعتذاري لمن قد يقرأ من المحاسبين، أن هذا خطأٌ واضحٌ في ضوء معرفتي. ولكني أتصرف بما يُخالف الدليل، الذي يوحي بأني سأجد المحاسبة عملًا شاقًا ومربحًا لكنّه مُضجرٌ ورتيبٌ. والآن، وفي مقابلٍ إعجازيٍّ لتحطّم الطائرة غير المتوقّع، هبْ أن هذا التوقع خاطئٌ تمامًا. فبعد سنوات، أجد نفسي مؤيدًا لكلمات ديفيد فوستر والاس المكتوبة في ملاحظة مرفقة بمخطوطة روايته الأخيرة غير المكتملة:

«يتضح أن الهناء، النابع من البهجة المتواصلة والامتنان الدائم لنعمة الحياة والإدراك، يقع على الجانب الآخر من الملل الكاسح الساحق. ركزْ جيدًا على أكثر الأمور المملة من حولك (الإقرارات الضريبية، لعبة الجولف المتلفزة)، وستنتابك موجاتٌ عارمة من الضجر، كما لم تعهده من قبل، حتى يكاد يميتك. اجتز كل تلك الموجات، وستكون كمَن ينتقل من الأبيض والأسود إلى الألوان، أو كمَن يرتوي بالماء بعد عطشٍ طويلٍ في الصحراء. إنه هناءٌ مستقرٌّ في كل ذرّة»[7].

هذه تجربتي (الخيالية) بصفتي محاسبًا: تدقيق الحسابات، مراجعة الملفات، تسليم الإقرارات الضريبية على نحوٍ متكرر إلى ما لا نهاية؛ تركيبةٌ من الملل المُريع الذي يتحول إلى بهجةٍ لا حدود لها.

إنَّ سيرَ الأمور على نحوٍ أفضل من المأمول يُعدُّ من الوسائل اليسيرة لتفادي الندم على الأخطاء. لم تكن ثمة وسيلة أعرِف بها

(7) David Foster Wallace, *The Pale King* (New York: Little, Brown, 2011), 546.

سلفًا الأعجوبةَ القادمة، ولكنني الآن ممتنٌ للأخطاء التي مكَّنت لها بعدما حصلت لي. ولو تأمَّلتَ في حياتك، فعلى الأرجح أنك ستجد أحداثًا تماثل هذا النمط، من أبسطها إلى أعقدها. فالخلل جزءٌ من الحالة الإنسانية؛ حيث إن الأمور قد تتحسن أو تسوء على عكس المتوقع، ما يُفضي إلى إصلاح قرارٍ سيئٍ أو إفساد قرارٍ وجيه. (الأمر ذاته يسري على الأحداث التي لا تنطوي على قرارات، تلك التي تحدث للمرء دون أن تكون له يدٌ فيها).

من جهة أخرى، سيرُ الأمور لصالح المرء لا ينطوي على تخطيط؛ فالأمر ليس متروكًا له ولا يملك السيطرة عليه، لأنه يتوقف على الحظ لا على المنظور. لذا، فإن مخرَج النتيجة غير المتوقعة ليس ذا فائدة تُذكر لمن هم في منتصَف العمر، الذين يكافحون لتقبُّل الماضي، برغم أنه بسيطٌ في حدِّ ذاته. فهو لم يساعد ناتالي التي تركت مهنة العزف الواعدة برغم مستقبلها المتزعزع لتصبحَ محاميةً لإحدى الشركات، فأضحت عالقةً في رتابة هذه الوظيفة، ما جعلها تميل إلى إعادة النظر في قرارها المندفع. كما لم يُساعد الرجل الذي يدرك أن زواجه كان قرارًا طائشًا وكان يشهد على فشله، مثل راوي رواية «الحميمية» (Intimacy) لحنيف قريشي، حين يقول: «عندما وضعتْ يدها على ذراعي أول مرة، تمنيتُ لو أني ذهبتُ بعيدًا. لِمَ لَمْ أفعل ذلك؟ ألا إنَّ هذا هدر؛ هدرٌ للوقت والمشاعر»[8].

هذه الحالة التي قد تحتاج فيها إلى المساعدة كونها أهمّ وأعقد من سابقتها. كيف نطفئ الندم على الأمور التي ما كان ينبغي علينا

(8) Hanif Kureishi, *Intimacy* (London: Faber & Faber, 1999), 4.

فعلها، أو التي كنا نأمل لو أنها لم تحدث، عندما تبيَّن أنها طابقت توقعاتنا؟ ماذا لو لم يكن هناك مفاجأة سارّة؟ هل من شيءٍ آخر يُقلِّل من السخط؟

يتضح أن الجواب هو نعم. ويُمكن أن يُعزى إدراك هذه الحقيقة، في الفلسفة المعاصرة، إلى تجربة فكرية اشتهرت، بين الفلاسفة على الأقل، من خلال فيلسوفٍ ذي شهرةٍ متواضعة، وهو ديريك بارفيت. وُلد بارفيت في الصين لطبيبيْنِ تابعيْنِ لحملة تبشيرية. وكان قد التحق بمدرسة في إيتون، ودرسَ التاريخ الحديث في جامعة أكسفورد، ليتجه بعدئذٍ إلى الفلسفة في سن الثالثة والعشرين. وفي عام 1967، نالَ بارفيت «جائزة زمالة» متميزة في كلية «أول سولز» (All Souls College)، حيث مكث خمسين عامًا. وقد كان يعكس مظهرًا رومانسيًّا فيه من الجاذبية ما يجعله موضوعًا لنُبذةٍ مُبهمةٍ نوعًا ما في مجلة The New Yorker[9]، مع ما يتمتّع به من سيماء العالِم المهووس صاحب العادات الغريبة، ذي العينينِ اللامعتينِ والشعر الأبيض الأشعث. سنلتقي به في الفصل الخامس وهو يفكِّر بالموت، وأمّا في عام 1976، فقد كان يُفكِّر في حياةٍ جديدة[10].

في فرضية بارفيت العجيبة، يكون لديك حالة طبية ستؤثر على أي طفلٍ تخطط لإنجابه خلال الأشهر الثلاث المقبلة؛ حيث سيولَد

(9) Larissa MacFarquhar, "How to Be Good," *New Yorker*, September 5, 2011, 43- 53.

(10) Derek Parfit, "Rights, Interests, and Possible People," *Moral Problems in Medicine*, ed. Samuel Gorovitz et al. (New York: Prentice Hall, 1976), 369- 75.

باضطرابٍ مزمنٍ وحاد يؤثر على جودة حياته؛ لنقل مثلًا: ألم مزمن في المفاصل أو صداع نصفي متكرر. وبما أنه لا يُوجَد سببٌ مُلِحٌّ للإنجاب الآن، يخلُص بارفيت إلى أنَّ عليكَ الانتظار. المعضلة المباشرة هي لماذا؟ ففي النهاية، إذا أنجبتَ الطفل، لن يسعهُ أن يشكو من أنه كان سيُصبح أفضل حالًا لو انتظرتَ؛ لأنه لن يكون موجودًا على الإطلاق! إذ كنتَ ستُنجب طفلًا آخرَ بعد أشهُر أو سنواتٍ، لو كنتَ قد أصبحت والِدًا حينذاك. على أيّ حال، ما يهمُّنا هو موقفك من الماضي، وليست هذه المعضلة ذات الحلول الكثيرة. ها هو ابنك يكبر أمامك ويزدهر ويكافح. وحياته جيدة بالمجمل، برغم المعاناة المتوقعة التي تشوبها. لقد كان عليك الانتظار في الماضي حينما كنتَ تملكُ القدرة على اتخاذ القرار، ولكن الآن، هل يسعك الندم على قرارك؟ هل يجدر بك أن تتمنى كتابة الماضي من جديد، بحيث تَمحو ابنكَ من الوجود وتبدأ من جديد؟ إنَّ ثمة ما يُكرِه على الرد بالنفي.

كان عليك الانتظار، لكنك سعيد أنك لم تفعل. ما الذي يُفسِّر أو يُبرِّر هذا التحول في الموقف؟ لا يوجد لُغزٌ محيرٌ هنا، لأن وجود طفلك هو ما يُحدِث الفرق. فأنت تُحبُّ طفلكَ الذي يسعدُ بوجوده في الحياة؛ ولو كنت قد انتظرت، لما وُلد ووجِد. إنَّ قيمة الحياة البشرية، التي تصرخ طلبًا للتأكيد، هي التي تُسكِت همهمة الندم. لقد اتخذتَ قرارًا سيئًا، وبرغم أنه جاء مثلما كنتَ تخشى، ولم تحصل تقلبات مفاجئة بعد ذلك، فإنك تملك سببًا لتقبُّل الماضي. وهذا السبب يحمل اسمًا، وهو اسم ابنك.

تفصلنا خطوةٌ قصيرة، من هنا، عن المحامية البائسة وزواج قريشي الفاشل. إنَّ ناتالي لا تملك الإلهام الذي تأتَّى لديفيد فوستر والاس، حيث إنَّ ممارسة المحاماة تجلب الضجر كما هو متوقع بالطريقة المعتادة المملّة. فكيف لا تندم على تخليها عن الموسيقى وعدم سعيها للعمل عازفة بيانو، ما دامت شغوفةً بالعزف؟ إننا نملك جوابًا، الآن، من الناحية النظرية. فلو أنَّ لدى ناتالي ابنًا أو ابنة، يمكنها أن تحدِّث نفسها بهذا: «لا أُنكر أن عملي مملٌّ، وأنِّي أُفضِّل وظائف أخرى. ولكن لو أنني لم ألتحق بكلية القانون، لما التقيتُ زوجي، آل؛ ولو لَمْ ألتقِه، لما أنجبتُ ابنتي سام. فلو أني تمسكتُ بالبيانو، لما كان لها وجود. لا يسعني أن أتطلَّع لفرصةٍ أخرى وهي تملك قلبي. ولا أنكر أني خسرتُ شيئًا بعيشي على هذا النحو، برغم أن رجلًا حكيمًا أخبرني أنه لا مفرَّ من الخسارة، فإنني لا أندم على هذه الخسارة عمومًا، ولا أعتقد أن عليَّ أن أندم». وبإمكان، جاي، راوي قريشي، أن يقول الشيء ذاته؛ فلو ذهب بعيدًا، لما وُلد الابن الذي يُحبُّه.

إننا نُحرز تقدمًا؛ حيث إن سير الأمور على نحوٍ أفضل من المتوقع يُعَدُّ من وسائل تحصين الأخطاء والنكبات والإخفاقات من الندم. لكن حتى وإن لم يحصل هذا، فالندم ليس مُلزمًا. إنَّ الكلمات التي تفوَّهت بها محاميتنا الضجِرة لا تُعبِّر عن حيلة فكرية مُبطَّنة، بل عن وسيلة صريحة للتصالح مع الماضي. ويجدرُ بالآباء تجريبها بأنفسهم إن لم يفعلوا بعد. فإن كنتم تُقاسون الندم في منتصَف العمر، اسألوا أنفسكم هذا السؤال: مِن بين الزلّات والشدائد التي تضرِب جذورها في تاريخ إنجاب طفلي، الذي لم يكن ليحصل لولاها، أيُّها

أقبلها ثمنًا لوجوده؟ هذه جوانب الماضي التي لا يسعنا الندم عليها، حتى وإن كان علينا التبرُّم منها آنذاك. ما مدى فعالية هذا العلاج؟ إن لفاعليته حدودًا معينة. فبخلاف جاي والاس، مؤلف فرضية تحطُّم الطائرة غير المتوقَّع، لا أعتقد أن التأكيد على قيمة من نحب، وتأييد السياقات الماضية التي تسببت في وجودهم، ينبغي أن يكون غير مشروط[11]. حيث إنَّ هذا الارتباط يقود والاس إلى سَوق ادعاءاتٍ عجيبة: على ضوء هروب جدّة زوجتي من ألمانيا عام 1938، إن كنت أحبُّ ابني وكان سيتعذر وجوده لولا حدوث المحرقة، فيجب عليَّ تأييد صعود هتلر إلى السلطة، مع نفوري من ذلك في ذات الوقت، ما يجعلني أعيش في حالةٍ من الصراع المستعصي[12]. ولكن من وجهة نظر أكثر اعتدالًا، التي أرجِّحها، من الممكن كسر سطوة الارتباط. فإن كانت الأحداث الماضية في غاية الفظاعة، فإنَّ الارتباط على أكثر تقدير يكون ثقلًا موازنًا للندم إلى حدٍّ ما، بحيث يفضي إلى تعقيده لا إلى إخماده.

ومن أوجه القصور الأخرى أن الأسلوب الذي خرجنا به لا يُثمر إلا مع الأحداث الماضية التي يرتكز عليها الإنجاب. فإلى أي مدى يشكِّل ذلك عائقًا؟ من الأخبار السارّة أنه حتى التغييرات الطفيفة في الماضي ستُفضي إلى سياقات مستقبلية مختلفة، كما يخبرنا منظِّرو الفوضى في إشارة إلى ما يُسمى تأثير الفراشة[13]. فالكثير مما فعلته

(11) Wallace, *View From Here*, 75– 77.

(12) Wallace, *View From Here*, 251, though he cites a fictional war instead.

(13) James Gleick, *Chaos: Making a New Science* (London: Penguin, 1988).

وما حدث لك قبل إنجاب طفلك يستوفي الشرط الذي يحتاج إلى استيفائه، وهو أن طفلك مدينٌ بحياته لتلك الوقائع. ولكن الخبر السيئ أنَّك تواجه الأمر وحدك بمجرد إنجاب طفلك؛ بحيث لو لزم إصلاح النكبات اللاحقة، فستُضطرُّ إلى إصلاحها بوسائلَ أخرى.

كل ذلك يُشير إلى أكبر خلل في اللجوء للحياة الجديدة بوصفها علاجًا للندم. ففي الظروف العادية، تُتاح هذه الحيلة للآباء البيولوجيين فقط، ولعددٍ من السنوات. وأمّا المأخذ الأوضح عليها فأنَّها لا تمنحنا شيئًا لنقوله عندما يكون موضوع الندم المحتمل هو قرار عدم الإنجاب. فهل تؤيد الفلسفة النظر عاطفيًا للأطفال بوصفهم ترياقًا لخيبة الأمل، وأساسًا فريدًا للمعنى الذي يُصلح خراب الماضي؟ أم هل ثمة مواساة يمكن العثور عليها في مكانٍ آخر لا تتوقف على الحظ أو على قيمة الإنجاب، لمن ليس لديهم أبناء وللآباء كذلك؟ ليس من السهل الإجابة على هذا السؤال.

عوضًا عن طفل

لسنا أول من يطرح هذا السؤال. ففي اليوميات التي داومت على كتابتها خلال حياتها، تعود فيرجينا وولف، مرةً تلو الأخرى، إلى موضوع الأمومة، حين تكتب عن قرارها ضدَّها وعن حياة أختها، فينيسا بيل، المغايرة. حيث تقول في تدوينةٍ لها بتاريخ 2 يناير 1923:

«عُدنا من رودميل البارحة، وأنا اليوم أمرُّ بإحدى حالاتي المزاجية، كما كنَّ المرضات يسمينها. وما هي؟ وما الداعي لها؟ أظنُّ أنها رغبةٌ في الأطفال، وفي حياة نيسا، وفي شعور

تفتُّح الأزهار من حولي برويّة.... قبل سنواتٍ وسنوات، بعد علاقة لايتون، خاطبتُ نفسي وأنا أصعدُ التل في بيروث، ناصحةً إياها بألّا تتظاهر أبدًا بأن الأشياء التي لم تنلها لا تستحق الامتلاك؛ وهذه نصيحة سديدة على ما أعتقد. إنها تراودني مرارًا على أيّ حال؛ يجب ألّا أتظاهر أبدًا بأن الأطفال، مثلًا، يمكن الاستعاضة عنهم بأشياءَ أخرى»[14].

وفي حالة وولف، الأشياءُ الأخرى تلك هي الروايات. فبَعد ستِّ سنواتٍ، أشادت صحيفة مانشستر غارديان برواية «أورلاندو» (Orlando) ووصفتها بـ«الرائعة الفنية»، الأمر الذي جعل وولف تعيد النظر في فواتها:

«تحظى رواية (أورلاندو) بالتقدير بوصفها رائعة فنية. إنَّ صحيفة التايمز لا تذكر رسومات نيسا، مع أنها قضت وقتًا طويلًا على واحدة منها، كما قالت لي البارحة. فأفكِّر في قرارة نفسي؛ وأرى أني أملك شيئًا عوضًا عن الأطفال، وأبدأ بمقارنة حياتينا. فألاحظ انسحابي من تلك الرغبات، وانغماسي فيما أسمّيه، على نحوٍ غير دقيق، الأفكار: هذه الرؤية»[15].

إن الحياة الواقعية ليست تجربةً فكرية، والأخت ليست ذاتًا افتراضية؛ غير أن مشكلة وولف هي مشكلتنا. هل

(14) *The Diary of Virginia Woolf, Volume 2: 1920– 1924*, ed. Anne Olivier Bell (San Diego: Harcourt Brace, 1978), 221.

(15) *The Diary of Virginia Woolf, Volume 3: 1925– 1930*, ed. Anne Olivier Bell (San Diego: Harcourt Brace, 1980), 217.

يمكن للارتباط بالنشاطات، كالكتابة، أو بالأعمال الفنية، كرواية أورلاندو، أن يؤدي الدور الذي يؤديه الأبناء بوصفهم ترياقًا للندم؟ هل بوسع وولف أن تكرِّر ما قالته المحامية البائسة؟ ماذا عساها أن تقول؟ «ربما كان عليَّ أن أسعى لإنجاب طفل. من الصعب الجزم بذلك؛ ولكن لا يسعني أن أندم على امتناعي عن الإنجاب. فلو أنِّي أصبحتُ أمًّا، لكنت سأحظى بوقتٍ أقل للكتابة، وبمزيدٍ من المخاوف والمشتتات. وبعضٌ من كتبي لن تظهر للوجود، على أقلِّ تقدير. لا يسعني أن أتطلع لتغيير الماضي وتلك الكتب تملك قلبي».

وما بين تعلُّق المرء بأبنائه والتعلُّق بالأشياء هناك التعلُّق بأشخاص لم ننجبهم ولا يتوقف وجودهم علينا. سؤالٌ آخر: إلى أي مدى يمكن للعلاقات أن تعوِّض عمّا قد نندم عليه في أحوالٍ أخرى؟ تتطرق وولف لهذه الفكرة في روايتها «إلى المنارة» (To the Lighthouse)؛ إذ تكتب:

«وسألَتْه، نصف ضاحكة، ونصف متبرِّمة، عن سبب أنينِه، لأنها خمَّنت فيما كان يُفكِّر - أنه كان سيؤلِّف كُتبًا أفضل لو لم يتزوج. وقال إنه لم يكن يشكو. وكانت تدرك أنه لم يشكُ، وأنه لم يكن لديه ما يشكو منه. فأمسك

> بيدها ورفعها إلى شفتيه، ثم قبَّلها قُبلةً قويّة أفاضت الدموع في عينيها، فأفلَتَها بسرعة»[16].

لا يتضح أن هذه الحالة تنطبق على نموذجنا؛ إذ من الوارد أن السيد رامزي لم يَضل الطريق؛ لأنه قد يرى أن منافع زواجه تفوق الثمن الذي دفعه من أجله. ولكن يمكننا أن نتخيَّل خلاف ذلك. لنفترض أن ناتالي لم تُنجب أبناءً، وأنها براغماتية للحد الذي يجعلها تعتقد أنها لو لم تلتقِ زوجها، لما شكَّل ذلك فارقًا لديها وأنها كانت ستكون بخير حال؛ حيث إنها كانت ستتزوج رجلًا آخر أو ربما كانت ستهنأ بعزوبيتها. من ناحية أخرى، هي تحب آل، وما كانت لتلقيه لو لم تكن قد درست القانون. أيمكنها أن تتخذ علاقتهما سببًا لتقبُّل قرارها الخاطئ؟

في عام 1979، نشرَ الفيلسوف روبرت آدامز مقالةً رائعة بعنوان «الوجود، والمصلحة الذاتية، ومسألة الشر» (Existence, Self-interest, and the Problem of Evil)، التي أجابت على هذا السؤال بنعمٍ أكيدة. حيث يزعم آدامز أن من شأن الارتباط بالنشاطات والعلاقات والإنتاجات الفنية أن يُسوّغ التأييد اللاحق للأحداث التي كان من الأجدر ألّا تُفضَّل في حينها. وهو لا يقارن مثل هذا التعلُّق بالوالديّة، وإنما بالطريقة التي نؤكِّد بها قيمة وجودنا.

> «ما نتعلَّق به في ذواتنا، بأنانية معقولة، لا يقتصر على هويتنا الميتافيزيقية المحضة فحسب، ولكننا نتعلَّق أيضًا

(16) Virginia Woolf, *To the Lighthouse* (San Diego: Harcourt Brace, 1981), 68– 69.

بالمشروعات والصداقات، وببعض أهم سمات شخصيتنا وتاريخنا الشخصي على أقلِّ تقدير. فلو أن حياتنا هانئة، فإن السبب الذي يجعلنا نمتنُّ لامتلاكنا إيّاها عوضًا عن الحياة التي قد تكون أفضل من حياتنا ولكنها تختلف عنها كليةً، هو عينه السبب الذي يجعلنا نمتنُّ لوجودنا نحن وليس لوجود أُناسٍ بدلًا عنّا يفوقوننا جدارةً وهناءً»[17].

لا أعلم بشأنك، ولكن يبدو لي أن هذا الرأي حصيفٌ ومحيِّرٌ بغرابة على حدٍّ سواء. فلو افترضنا أن ناتالي في غاية السعادة، يكون من المنطقي لها أن تُفضِّل حياتها الراهنة، التي تضم زوجها، آل، وأصدقاءها، وهواياتها واهتماماتها، وفضائلها ورذائلها، على أشكال الحياة الأخرى التي كان من الممكن أن تكون أفضل على الصعيدينِ الخاص والعام. قد يكون هذا صائبًا، ولكن كيف؟ كيف يمكن أن يكون منطقيًّا تفضيل ما تعتقد أنه أسوأ؟ من الوارد أن آدمز يُعبِّر عن بعض الحقائق العميقة حول الحالة الإنسانية، لكن لو توقفنا عند هذا الحد ولم يعد لدينا ما نقوله، فإن هذه الحقيقة تظل غامضة. وفي القسم الأخير من هذا الفصل، سأبيِّن ما أفترضه عن الحقيقة. ولكن قبل ذلك، سنُلقي نظرة فاحصة على السبب الذي يجعلها إشكالية ومضلِّلة.

سنبدأ بأفلاطون، وهو يكتب عن معلِّمه، سقراط، في بداية القرن الرابع قبل الميلاد. يظهرُ سقراط كشخصية في سلسلة من

(17) Robert Adams, "Existence, Self- Interest, and the Problem of Evil," *Noûs* 13 (1979), 53- 65, 64.

الحوارات الأفلاطونية، وهو معروفٌ بسخريته وذكائه الحاد وآرائه الشاذّة. ومن تعاليمه المشهورة، «لا أحد يسعى للباطل أو ما يعتقد أنه باطل بإرادته... عوضًا عن سعيه لما هو فاضل»[18]. وما يسميه اليونانيون «أكراسيا» (akrasia) هو الفعل الذي يُقدِم عليه المرء، بحرية وعن عمد، بما يخالف حكمه الأصلح، بحيث يفعل قصدًا ما يرى أنه أسوأ. وهذا، وَفقًا لسقراط، مستحيلٌ ببساطة. إنه ادعاءٌ صادم! لأنه، على الظاهر، من الشائع بشكلٍ محبط أن يخفق الفرد في التصرف وَفق ما يظنّ أنه صواب. ولكن الواقعيين الذين يُشدِّدون على هذا لا يزالون يقرُّون بالإجمال بأنّ من غير المعقول أن يؤثِر المرء ما يخالف حكمه الأصلح. فعندما أدخِن سيجارةً أخرى، وأنا أفكِّر بضرورة الإقلاع عن التدخين، فأنا أتصرف بما يخالف العقل.

مِن الطبيعي أن يمتد هذا الفكر للتفضيلات والرغبات. فحين يكون واردًا أن يرغب الفرد فيما يظن أنه باطل، لا فيما يظن أنه فاضل، وأن يُفضِّل ما يظن أنه أسوأ، تكون هذه التصرفات غير منطقية تمامًا. ولكن لا بُدَّ أن يكون آدامز مخطئًا حينها، لأن هذا سيجعل محاميتنا تظن أنه كان عليها مواصلة العزف على البيانو حينما كانت تستطيع ذلك، ما دامت حياتها في ظل مهنة المحاماة ليست أفضل من المتوقع. كما سيمنعها هذا من اتخاذ وجود طفلتها سببًا لتأييد خطئها السالف. وأمّا لو سارت على منهج آدامز، فستكون سعيدةً لتخليها عن الموسيقى، مع تسليمها بأن قرارها الحالي كان أسوأ. إنَّ سقراط يتقلبُ في قبره.

(18) Plato, *Protagoras*, trans. Stanley Lombardo and Karen Bell (Indianapolis: Hackett, 1992), 358d.

في العقود القليلة الماضية، نبذ الاقتصاديون السلوكيون الإلزامَ بالسعي للأفضل. ففي استراتيجية «الاكتفاء» (satisficing)، التي أسماها هيربت سيمون عام 1956[19]، يقبل المرء بالنتائج المرضية، ولا يغتاظ من كون النتائج الأخرى أفضل منها دون شك. وهذه إحدى وسائل التصدي لوفرة الخيارات التي تتسم بها الحياة الحديثة[20]. فعند شراء قميص جديد، يتوقف «المكتفي بحاجته» عندما يجد قميصًا أنيقًا بقياسٍ ملائم وسعرٍ معقول؛ بينما يستمر «المعظِّم لحاجته» في التسوُّق، على اعتبار أن القمصان الأخرى قد تكون أقل سعرًا وأكثر أناقة. لكن ماذا عن تكلفة الوقت؟ إنه يضع هذا العامل في الحسبان، أيضًا: بُعدٌ آخر يتطلب قياسًا وضبطًا. أمامنا الكثير من العمل!

قد يكون «الاكتفاء» سياسةً وجيهةً، ولكنه لا يُسوّغ موقف المحامية المقدِّرة لقيمة حياتها. فأن يقول أحدهم: «أعرف أن هناك خيارات أفضل، ولكني لن أُفتِّش عنها؛ لأن خياري جيدٌ على نحوٍ مُرضٍ»، يختلف عن قوله: «أعرف خيارًا محددًا أفضل من خياري هذا، ولكني لا أرغبُ فيه». القول الأول يبدو عقلانيًّا، بينما الثاني هو ما يتصل بموضوعنا. حيث إن ناتالي تعتقد أن خيارًا محددًا، وهو السعي للنجاح في مهنة العزف بالبيانو، كان أفضل من الخيار الذي اتخذته. لقد كان عليها أن تختاره في ذلك الوقت، ولكنها لا تُفضِّله الآن. كما لا يُمكننا أن نفسر كيف تغيَّر موقفها. فلو كان «الاكتفاء»

(19) Herbert A. Simon, "Rational Choice and the Structure of the Environment," *Psychological Review* 63 (1956), 129– 38.

(20) Schwartz, *Paradox of Choice*, chapter 4.

توجُّهًا عقلانيًّا، لأمكن لناتالي أن تعمل به مسبقًا، وسيكون مسوّغًا لقرارها منذ البداية: «مجال القانون جيدٌ بما يكفي لي؛ فلِمَ أُشغِل نفسي بالموسيقى»؟ ولكن ليس هذا هو الحال، إذ ينتهي بها المطاف سعيدةً لاتخاذها قرارًا تعدُّه غلطة.

أجائزٌ أنها أفاقت من غشيتها عقب قرارها، لتبدأ عندئذٍ بالاكتفاء؟ ولكن حتى هذا الاحتمال يعجز عن تفسير الأمر. لأن الاكتفاء لا يمنحنا رغبةً أكيدة لشيءٍ آخر، كالرغبةِ في القانون عوضًا عن الموسيقى، بل إن أكثر ما نجنيه منه هو الانصراف عن بديلٍ أفضلَ. قد لا ينفعُ البكاء على اللبن المسكوب؛ ولكن هذا لا يعني أن على المرء أن يبتهج لانسكابه.

بدأنا نُدرك الآن المشكلة المحيطة برؤية آدامز. إنَّه يدعو إلى انفصالٍ غير مسبوق بين التقييم المُقارَن والرغبة، وذلك عندما يُفضِّل الفرد ما يعتقد أنه أسوأ. وإن لم يكن هذا غير عقلاني، فما هو؟ لدينا ما نقوله في حالة الإنجاب: «نعم، كان يجب عليَّ تأجيل الإنجاب. كان من شأن ذلك أن يكون قرارًا حكيمًا، فالأمور جاءت كما توقعت؛ بيدَ أن الظروف تغيَّرت. فالوجود الفعلي لابني، الذي لم يكن ليوجد لولا ذلك، هو ما يصنع الفارق». ولكن من غير المعقول أن يُقال هذا عن الأنشطة أو الأشياء. فوفقًا لتصوُّرٍ يتجاوز تأثيرُه الفلسفة -ينتمي لإرث الثقافة الغربية الإنسانوي الليبرالي- ما يُميز قيمة الحياة الإنسانية عن قيمة أي شيءٍ آخر هو أنَّ الوجود الإنساني مُتعذر الإبدال. حيثُ يقارن إيمانويل كانط، الذي استعرضنا منهجه في الفصل الأول، الكرامةَ بالثمن المادي،

إذ يقول: «ما له ثمنٌ يمكن استبدال شيءٍ آخر مكافئٍ له به، وأمّا ما يسمو عن كلِّ ثمن، وما لا يسمح بالنتيجة بأن يُكافئه شيء، فإنَّ له كرامة»[21]. فالكرامة الإنسانية هي ما تفسِّر عدم رغبة المرء في إرجاع الزمن، ومحو أبنائه، والبدء من جديد. غير أن أيّ أثرٍ فني، حتى وإن كان رائعة فنية مثل رواية أورلاندو، فإن له ثمنٌ، بالمعنى الكانطي، إن لم يكن بالدولار الأمريكي. بحيث لو أمكن لفيرجينيا وولف أن تكتب روايةً أفضل، سيبدو من غير العقلاني ألّا تتمنى ذلك.

تزداد هذه المسألة وضوحًا حين يتعلق الأمر بالأنشطة التي نفعلها. منذ نحو ثلاثين عامًا، أشار الفيلسوف مايكل براتمان إلى أن اعتماد المشروع لا يعطي سببًا إضافيًّا للمضيِّ فيه، برغم الالتزامات التي تفرضها المشاريع -إذ يجب أن ننهي ما بدأناه-[22] وإلّا أصبح ممكنًا تسويغ القرارات السيئة بمجرد اتخاذها، وهذا غير معقول. ولضرب مثال بسيط على ذلك، افترض أنني في المرحلة الجامعية، وأحاول أن أتخذ قرارًا بشأن مادةٍ سأدرسها في الفصل الدراسي الربيعي. وأمامي خيارانِ: إمّا صفّ المنطق، الذي سيُفيدني في عملي ولكني أجده أصعب، وإمّا صفّ الأخلاق، الذي أعلم أنه سيستهويني ولكني سأخرج منه بحصيلة معرفية أقل. إنه قرارٌ في غاية الصعوبة، غير أني أخلُص، بعد فحص السلبيات والإيجابيات بعناية، إلى أنَّ صف المنطق يبدو خيارًا أكثر منطقية، وهو ما ينبغي اتخاذه. ولكن

(21) Immanuel Kant, *Groundwork of the Metaphysics of Morals*, trans. Mary Gregor (Cambridge: Cambridge University Press, 1998), 46- 47.

(22) Michael Bratman, *Intention, Plans, and Practical Reason* (Cambridge: Harvard University Press, 1987), 23- 27.

لسوء الحظ، تنتابني حالة (أكراسيا)، فأسجِّل في صف الأخلاق بما يخالف حُكمي الأصلح، لتهيُّبي من غابة الرموز. ولو كان الوجود الفعلي لمشروعٍ ما سببًا لتأييده، كوجود الأبناء، فبمقدوري الآن اتخاذ انضمامي لصف الأخلاق سببًا لتأييد قراري، بحيث أقبل به بعد إعادة النظر فيما حدث: «اقترفتُ خطأً، ولكنني سعيدٌ لاقترافي إياه، لأنني لو اخترتُ نشاطًا آخر، لما وُجد هذا النشاط». يبدو هذا خاطئ تمامًا؛ فما يسري على الآثار الفنية، يسري على المشاريع، لأن قيمتها لا تنطوي على الكرامة وإنما على الثمن المادي. وعليه، لا يوجد ما يسوّغ تفضيل ما أقوم به حاليًّا لمجرد قيامي به على بدائل كان من الممكن أن تكون أفضل.

إن حالة العلاقات أكثر تعقيدًا؛ فالمتحابون لا «يبحثون عن البديل»، بحيث يتخلى بعضهم عن بعض عندما تلوح في الأفق احتمالية تكوين علاقة أفضل. لكن لو كنت تعتقد حقًّا أنك كنت ستحظى بعلاقة زوجية أفضل مع «س» من «ص»، وأن علاقتك بـ«ص» كانت ستكون مُرضيةً، ألن تتمنى لو كنت مع «س» منذ البداية؟ ربما فات الأوان الآن، ولكن هذا ليس سببًا لصرف النظر عن علاقة عاطفية لاحقة.

المحصلة هي أننا ما زلنا نجهل الحكمة الكامنة في فكرة آدامز. من الملهم أن يُقال لنا إن بمقدورنا قبول حياتنا كما هي تمامًا، وإن من شأن وجود تلك النشاطات، والعلاقات، والآثار الفنية، أن يعَوِّض الماضي ويُخمد صوت الندم؛ بيدَ أن هذا يبدو مثاليًّا على نحوٍ مبالغٍ فيه.

هل الجهلُ نعمة؟

سأحاول تسليط بعض الضوء.

لا يزال هناك منحيانِ تقريبًا لم يُسبر غورهما بعد: أحدهما أعمق من الآخر، ولكنّ كليهما تنويريٌّ بطريقته. فيما يخص المنحى الأول، فإن السمة المحورية للتأمُّل في الماضي هي أن الحياة تظهر من خلاله خاليةً من المخاطر؛ حيث إن حياتك تكمن في الماضي لغاية الآن، مع وجود قدرٍ ضئيل أو معدوم من الإبهام بشأن المسار الذي اتخذته. على النقيض من ذلك، الرغبة في إعادة كتابة الماضي هي رغبةٌ في اغتنام فرصةٍ ما، فرصة لشيءٍ أفضل. ومعرفة مدى عقلانية الرغبة في ذلك الآن تتوقف على عقلانية البُعد عن المخاطر، بحيث ترى أنَّ عصفورًا في اليد خيرٌ من عشرة على الشجرة. وفي هذا الجانب، يكون الوضع مختلفًا جدًّا عن الوضع الذي واجهته حُكمًا، حينما كانت هناك مخاطر تستوجب المواجهة بأيّ حال.

لننظر في وضع ناتالي وهي تقرِّر بين الموسيقى والقانون. إنَّ ناتالي، بلغة الاقتصاديين، تتجنب المخاطرة باعتدال، فهي على استعدادٍ للمجازفة قليلًا دون إفراط. افترِض أنها خُيِّرت بين رهانينِ: ورقة «A» تجلب أربعين دولارًا إذا جاء وجه العملة المعدنية لأعلى، وعشرة دولارات إذا جاء ظهرها لأعلى؛ وورقة «B» تجلب مئة دولار لوجه العملة المعدنية ولا شيء لظهرها. ستختار ناتالي ورقة «B»، وفي ظنِّها أن من غير العقلاني عدم فعل ذلك. («القيمة المتوقعة» لورقة «A» هي خمسة وعشرون دولارًا، قيمة الكسب مطروحة من مجموع الاحتمالات، والقيمة المتوقعة لورقة «B» هي خمسون

دولارًا). على الجانب الآخر، لو خُيرَت بين ورقة «B» وأربعين دولارًا في اليد، فسترفض المجازفة، لاعتقادها أن هذا تصرفٌ سديدٌ كذلك.

ما علاقة هذا بقرارات الحياة المهمّة؟ المغزى هو أن القانون، من منظور ناتالي، يقوم مقام بطاقة «A»، مجازفة بعواقب معقولة إلى حدٍّ ما؛ فعلى الأرجح أنها ستحظى في النهاية بوظيفةٍ ذات أجرٍ مُجزٍ وبجودة حياة معقولة، أيًّا كانت الظروف. بينما تقوم الموسيقى مقام ورقة «B»، مجازفة بعواقب أسوأ. فبرغم شغف ناتالي بالعزف على البيانو، فإنَّ هناك احتمالية أكبر للخيبة والفشل المهني، بالنظر إلى سنوات الإحباط واليأس التي ستقضيها دون أن يُثمر منها شيئًا يُذكر. وإجمالًا، تعتقد ناتالي أن عليها خوض المخاطرة؛ فالمجازفة في الموسيقى أفضل من المجازفة في القانون، غير أنها لا تواصل شغفها، بل تلتحق بدلًا عن ذلك بكلية القانون، وهي بذلك تختار ما يكافئ ورقة «A»، وأمّا بقية ما حدث فهو معلوم.

نجد أن موقفها تغيَّر بعد التفكير فيما مضى. لقد اتضح لها أنها تنعم بحياةٍ هانئة وهي تعمل محامية؛ فهي لا تمقت عملها الذي يوفِّر لها دخلًا جيدًا؛ ولديها زوجها، آل، وأصدقاؤها، وهواياتها، وعطلاتها. وهذه نتيجة عظيمة، بالنظر للنتائج التي توقعتها؛ إذ إنها أقرب للأربعين من العشرة. ومع ذلك، ما زالت ناتالي تعتقد أنها اتخذت قرارًا خاطئًا عندما تخلَّت عن الموسيقى، باختيارها ورقة «A» على ورقة «B»؛ ولكن سؤال الندم مختلف. هل ستتخلى الآن عَن حياتها بصفتها محامية ناجحة من أجل مخاطرة لا تتنبأ بها؟ قد يكون الجواب لا. حيث نجد أن ناتالي، عند التفكير فيما جرى،

تقارن ورقة «B» –مئة دولار مقابل وجه العملة المعدنية ولا شيء مقابل ظهرها– مع أربعين دولارًا في اليد، ومن المنطقي تمامًا أن ترفض تلك المخاطرة.

إن الآلية هنا لا تختلف عن تلك التي ترتكز على النتائج غير المتوقعة، كما في حادثة تحطم الطائرة غير المتوقعة ولحظة الإلهام الغريبة التي انتابتني؛ ولكنها لا تستلزم الاستناد إلى المعتقدات الخاطئة، أو سوء التقدير، أو الأخطاء الوقائعية. فبحسب القصة التي رويتها، قد تكون ناتالي محقّة تمامًا بشأن الاحتمالات والمكاسب، ولكن تظل هناك مسألة المخاطرة، الممثلة في الغموض المُحيط بالمنحى الذي ستتخذه الأمور وما يكتنف ذلك من مجازفة. فإذا كان من العقلاني تجنُّب المخاطرة، وتفضيل الأمور الحسنة المعلومة على الاحتمالية غير الأكيدة لوقوع أمورٍ أفضل، فقد يكون عقلانيًّا أن يُؤثِر المرء قراراتٍ ما كان ينبغي له اتخاذها عند النظر فيما مضى.

ولاستخدام هذا الإجراء في العلاج المعرفي، سيتعين عليك أن تسأل نفسك: إلى أي مدى ينبغي أن تتفادى المجازفة؟ وهذا سؤالٌ شخصيٌّ بحت، ولكن يمكننا صياغة بعض القواعد اليسيرة المبنية على التجربة. أولًا، عندما تتأمَّل في أخطاء الماضي أو في أحداث لم تُفضِّلها في ذلك الوقت، متسائلًا «هل أتمنى لو لم يحدث هذا»؟ لا تتخيل أفضل التوقعات التي تكافئ كسب المئة دولار. بل ذكِّر نفسك بأن العواقب لم تكن أكيدة وأن الفرصة الأخرى قد تسفر عن حالٍ أفضل أو أسوأ. ثانيًا، ركِّز على العصفور في متناول اليد؛ فأنت

تعرف، بطريقة أو بأخرى، كيف سارت الأمور، وأن هذا الماضي المحدَّد هو الذي تفاضله الآن مع ضربةِ حظٍّ ما. فما دامت حياتك الراهنة جيدة على نحوٍ مُرضٍ، وأنت تتفادى المخاطر بالقدر الملائم، يصبح من المنطقي تمامًا أن تكون راضيًا عن كيفية سير الأمور، برغم أنه كان من الممكن أن تكون أفضل بكثير، بل برغم أنك لا تزال تعتقد أنها سارت على نحوٍ خاطئ.

سنترك محاميتنا البائسة هنا، وهي متصالحة مع وظيفتها ومع ما تُعَدُّ، في النهاية، حياةً تُحسَد عليها. إنَّ استراتيجية تجنُّب المخاطرة تُجدي معها وقد تُجدي معك أيضًا، بيدَ أنَّ نفعها لا يذهب إلى أبعد من هذا. ومن أسباب ذلك أنها تكون غير مؤثرة عندما لا تنطوي البدائل الفائتة على مخاطر كبيرة أو عندما تكون عواقبها معقولةً أو مُطاقةً. فقد تبدو المخاطرة أفضل مما يملكه المرء بالفعل، حتى عند النظر فيما مضى. علاوةً على أن هذه الاستراتيجية لا تدعو إلى المخاطرة مطلقًا، ما يجعلها مصدرًا للاستسلام وليس للرضا والحبور، هل يمكننا أن نُقدِّم تبريرًا أكثر إقناعًا للتأكيد على قيمة الحياة؟ أظن أن بوسعنا ذلك.

لنبدأ بلحظة تأمُّل في الأحداث السابقة. تذكَّر عندما أخبرتكَ عن مسارات الحياة التي لم أعشها، وعن أحلامي في الشعر والطب. تذكَّر شعور الفوات، حتى مع زعمي وإصراري وإلحاحي بأن انخراطي في مجال الفلسفة كان منطقيًّا. وتخيَّل، إن شئت، أنني لم أتمكن من الاعتراف بالحقيقة. فقد كنت أعلم أنني يجب أن أكون طبيبًا، وأنّ العمل في مجال الطب كان أصلح لي بحُكم فائدته العظيمة

وطابعه الغيري. ولكنني تصرفتُ تصرفًا حملني على تخييب أمل والدي، الذي كان يريدني أن أكون طبيبًا مثله، عندما اخترتُ الخيار الأقل استحسانًا لديه. حيث انصرفتُ إلى الفلسفة، بما يُخالف حُكمي الأصلح، وشرعتُ في مسارٍ لم يسعني تصحيحه. أنا لا أكره حياتي، بعيدًا عن هذا المسار، ولكن لا أظن أنني اقترفتُ خطأً في هذا الشأن. فهل أنا مضطرٌ للندم عليه مع هذا؟

عند فحص الأساليب التي استكشفناها، قد أميل إلى أسلوب التبرير بالإنجاب: لم أكن لألتقي زوجتي، ولم يكن سيوجد ابني، لو أني أصبحت طبيبًا. ولكن يمكننا تعديل القصة باستبعاد هذا. وفي القصة التي نؤلفها الآن، ليس لدي أطفال ولا أرغب في الإنجاب. (هذا عملٌ من نسج الخيال، وأي تشابه في تفاصيله مع أشخاص حقيقيين، أحياء أو أموات، فإنه محض صدفة). ولا أستطيع الادِّعاء بأن إلهامًا مباغتًا أوحى لي أن العمل في مجال الفلسفة أكثر قيمةً مما كنتُ أرجو. حيث إنِّي لم أبدِّل رأيي؛ إذ ما زلتُ أعتقد أنه أسوأ من العمل في مجال الطب. وبرغم أن أموري سارت على خير ما يُرام، فإنني لا أنفر من المجازفة إلى الحد الذي يجعلني أعتقد أن المخاطرة في الطب ستكون خطوة غير صائبة، ما دامت حياتي الحالية ليست أفضل من البديل. والنتيجة هي أن أيًّا مما قلناه حتى الآن لن يجدي نفعًا معي، ومع ذلك فأنا لستُ نادمًا على الماضي.

وتفسيُر ذلك يُردُّ إلى حدثٍ سابق جاء في نهاية الفصل الثالث، حين كان الجهل يحميني من ألم الرغبة غير المُشبعة. فقبل أن أتخذ قرار العمل في مجال الفلسفة، مُستبعِدًا الشعر والطب، كنت

أُدرك أنني لا أستطيع نيل كل شيء. ولكني كنتُ أجهل ما أنا بصدد تفويته، وهذا خفّف كثيرًا من وطأة حقيقة الفوات، ما جعلني قادرًا على احتمالها. إننا لا نضطر إلى مواجهة فوائتنا إلا بعد اتخاذ القرار، حينما ندرك أننا لن نحقق كل شيء مع علمنا بماهية ما سنعجز عن تحقيقه؛ حينها فقط نشعر بالحسرة والألم. وتفسير هذا التحوُّل يتصل بالمعرفة والإدراك؛ فثمة حاجز وجداني بين معرفة أننا سنفوِّت أنشطةً نقدِّرها ومعرفة أيّها تحديدًا.

وحقيقة الأسى هذه لها نظيرٌ إيجابي؛ فما يحمينا من التأثير الوجداني الناتج عمّا هو سيئ ليس الجهل وحده، حيث يُمكن للمعرفة أن تُضخِّم التأثير الناتج عمّا هو جيد؛ إذ إنَّ هناك فرقًا بين معرفةِ أنَّ شيئًا ما ذو قيمة ومعرفةِ ما يجعله كذلك، ومعرفةِ أنَّ هناك بواعثَ للرغبة ومعرفةِ ماهيّةِ تلك البواعث. وتمامًا مثلما أنَّ من العقلاني أن يختلف تفاعلنا مع المعرفة المجردة القائلة إن الحياة لا تخلو من النقائص عن تفاعلنا مع معرفة ماهية تلك النقائص؛ بحيث يكون تأثّرنا بالأولى أضعف منه في الثانية، يكون من العقلاني كذلك أن نتأثر بالكيفية المحددة التي تطيب الحياة بها على نحوٍ أقوى من تأثرنا بالحقيقة المُبهمة القائلة إن ثمة حياةً أفضل.

في قصتنا الخيالية، أنا مُحقٌّ في الاعتقاد أنه كان عليَّ اختيار الطب، ولكني لست على دراية كافية بما سيكتنف ذلك القرار. أستطيع أن أقول، بشكلٍ عام، لو أني كنتُ طبيبًا فكنت سأعمل لَساعاتٍ طويلة في مرحلة الامتياز، وكنت سأنقذ أرواحًا وأفقد أخرى كذلك؛ وكنت سأسعى لرعاية المرضى من منطلق العطفِ

والرحمة إلى جانب المهارة الطبية. ولكنَّ إدراكي هذا له حدودٌ متينة؛ فأنا أخال أني كنتُ سأعيشُ حياةً أفضل بين ثنايا الطب، بيدَ أني أجهل كَنه هذا العمل وقوامه الذي يجعلهُ فائق القيمة.

في حين أني أعرف الكثير عن الفلسفة وبشكلٍ لا يُوصَف؛ فأنا أعرف طلابًا يشعرون أنهم امتلكوا أفكارهم الخاصة لأول مرة حينما ومضَت في عقولهم أولى ومضات التنوير في أثناء حوارٍ عن ديريك بارفيت أو ديفيد هيوم. لستُ صاحب الفضل، ولكني كنتُ هناك. وأعرف أن هناك قيمة في تاريخ الفلسفة، وهذه القيمة لا تتجلى في الأفكار المجردة، وإنما في قصصٍ لا حصر لها عن المأساة الفكرية والإنسانية، مثل قصة جون ستيورات ميل، وكل واحدةٍ منها تدفعنا إلى الاهتمام بصون هذه المعرفة. وإني أتبيّن، ولو على نحوٍ غير تام، ما كانت تعنيه إيريس مردوخ عندما كتبَتْ: «إن من يمارس الفلسفة إنَّما يستكشف طبيعته ويسعى، في آنٍ معًا، لاكتشاف الحقيقة»[23]. ولا شيء من هذا يمكن إيصاله بفاعليّة في فقرةٍ أو مقالٍ أو كتابٍ، ولا حتى من خلال الشاعر الذي كان يمكن أن أكونه. والشيء ذاته قد ينطبق عليك. إنها حياة لا يُدرك غورها؛ حيث إن محاولة وصف التفاصيل الجميلة، واللحظات المهمّة، والعَلاقات الوثيقة، والنسيج المعقد للأيام والأسابيع والسنوات، لن يسعها ما قد تقوله في مليون كلمة. (والأمر يصحّ حتى إذا كان للأمور السيئة قوامٌ كذلك، ولم يكن هناك حدّ للكلمات التي تعبِّر عنها).

(23) Iris Murdoch, *The Sovereignty of Good* (New York: Routledge, 2001), 45.

هذا ما أضعه إزاء الحقيقة القائلة إنه كان ينبغي أن أكون طبيبًا: قائمة طويلة من الأسباب لتأكيد قيمة حياتي، أسباب لا يسعني تصنيفها أو حصرها، وليس الادعاء المبهم بأن حياتي ليست في غاية السوء. فأنا أدرك أن حياتي كانت ستكون ثريةً لو اخترتُ العمل في مجال الطب، وأظن أن ثراءها يُقدَّر أكثر من حياتي الراهنة، غير أني لا أعرف طبيعة هذا الثراء. وما يشدّني، ويستهويني، ويُشكِّل تفضيلاتي لا يقتصر على ما هو أفضل أو أسوأ، وإنما كل السبل الفارقة والمحددة التي كانت وما زالت الحياة تطيب بها.

إننا نعيش وسط التفاصيل وليس التجريدات. فإذا كان من العقلاني أن نتأثر بالحقائق التي تمنح الشيء قيمةً، بكل ما فيها من تخصيص، على نحوٍ أقوى من التأثّر بالحقيقة العمومية الباهتة القائلة إن ثمة شيئًا آخر أكثر قيمة، يكون من العقلاني أن أشعر بالحبور لأني آثرتُ أن أكون فيلسوفًا وليس طبيبًا، مع أني ما زلت أرى أنه خيارٌ أسوأ. وما يحميني من الندم ليس البُعد عن المخاطرة، أو الإنجاب، أو التقليل من شأن الفلسفة؛ إنما هي سعة الحياة وتفاصيلها التي لا يُسبَر غورها، شأنها شأن الغزارة الدقيقة في مشاهد الفلاحين التي تصوِّرها لوحات بروغل.

ومع أني قد أبدو وقحًا، فإنِّي سأقترح هذه الفكرة على فيرجينيا وولف. إنَّ ما لديها، عوضًا عن الأبناء، ليس الوجود المحض لرواية أورلاندو، وإنما كلماتها وجملها وصورها وسياقاتها ورؤيتها وتعبيرها

عن الحياة، «هالة مضيئة، غلاف شبه شفاف يُحيط بنا من بداية الوعي إلى النهاية»[24]. وأقترحها عليك أيضًا.

الأخطاء، والنكبات، والإخفاقات: لا أحد يصل لمنتصف العمر دون أن ينال بعضًا منها، وأنا على يقين بأنك تملك نصيبك منها. بعضها عوَّضها تجنب المخاطر، أو الأبناء، أو الحظ، والبعض الآخر لم يُعوَّض كثيرًا. قد تميل إلى تقييم الوضع ومقاومة الماضي، ولا بأس في ذلك، ولكن لا ترتكب خطأً آخر، بحيث تنكفئ، متجرّدًا من تفاصيل حياتك، لتفكِّر فيما يجدر بك ابتغاؤه. لأن تجرُّدك من تلك التفاصيل يُفضي بك إلى نبذ مصدرٍ أساسيٍّ للتأكيد العقلاني. وهذا المصدر لا يتمثل في الوجود المحض للأنشطة والآثار الفنية والعلاقات، بل في أعماقها الدفينة. فلا تزِن البدائل نظريًّا، ولكن قرِّب الصورة، ودَع التفاصيل تتصدّى للرّسم الشامل للحياة التي لم تُعَش. وبهذا، قد تُدرك أنه لا يسعك الندم على ما كان يجدر بك رفضه في ذلك الوقت.

آمل أن يكون ذلك صحيحًا، ولكني لا أعدُ بشيء؛ إذ ليست كل الجراح تلتئم، فقد لا تجد عزاءً عند مواجهة «الندم الشديد الحارق». وإذا كان الأمر كذلك، فأقدِّم لك أسفي. من السهل اغتنام التفاصيل كنوعٍ من التعويض عندما تؤلمك أخطاؤك وحدك دون سواك، ولكن الأمر يكون أصعب بكثير عندما يمتد ألمها إلى غيرك. يعترف جاي في رواية قُريشي «الحميمية» بقوله: «يُمكنك، بلا شك،

(24) Virginia Woolf, "Modern Fiction," *The Common Reader* (San Diego: Harcourt Brace, 1984), 146–54, 150.

أن تُخضِع حياتك الخاصة للتجربة، ولكن لا يجدر بك فعل ذلك مع حياة الآخرين»[25]. ومن ثم، فإن أسلوب الاهتمام بالتفاصيل قد لا يُجدي نفعًا برغم فاعليته.

سأختم بالإشارة إلى مخاطرة أخرى. إن كان جزءٌ مما يحميك من الندم، أو يكبح جموحه، هو تباين المعرفة، أي جهلك النسبي بمسارات الحياة التي كان بوسعك عيشها، فإنّ سكينتك تتوقف على استمراره. فلكي تتفادى الندم، يتعين عليك أن تُبقي على قدرٍ من الغفلة. وهذا يُقابله ضربٌ من ضروب المخاطرة؛ فكلما ازدادت معرفتك بما يفوتك، ازدادت معرفتك بالبدائل التي كان يمكن أن تتاح لك وبما كانت ستنطوي عليه، فيصبح من الصعب نسيانها. وعليه، ألخِّص ما سبق في كلمة أخيرة: كن واعيًا بما تتبصَّر فيه، وانتبه أين تصوِّب نظرك؛ فالقليل من المعرفة لا يضر، والكثير منها قد يقضُّ مضجعك. ولا تستغرق في التفكير بما كان يمكن أن يكون: فـ«من الحماقة أن تكون مُدركًا عندما يكون الجهلُ نعمة»[26].

(25) Kureishi, *Intimacy*, 50.

(26) Thomas Gray, "Ode on a Distant Prospect of Eton College," *The Complete Poems of Thomas Gray*, ed. H. W. Starr and J. R. Hendrikson (Oxford: Oxford University Press, 1966), 10.

5

شيءٌ نتطلع إليه

ينتهي المجلَّد الثالث من سيرة سيمون دي بوفوار الذاتية بقطعةٍ وجدها البعضُ مُحيرةً:

> «ما زلتُ أرى سياج أشجار البندق الذي كانت تعصِفُ به الرياح، والوعود التي كنتُ أُنعِش بها قلبي، حينما وقفتُ أتأمَّل المنجم الذهبي تحت قدمي. حياةٌ كاملة لأعيشها، لقد وُفيَت كل هذه الوعود. ومع ذلك، فإني عندما أوجِّه نظرةً مرتابة لتلك الفتاة الصغيرة الساذجة، أُدرك في ذهول إلى أيِّ حدٍّ كنتُ مخدوعة»[1].

هذه آخر جملة من الكتاب.

ربما وجدَت بوفوار أسبابًا عديدة للتبرُّم، بوصفها مفكرةً نسويةً بارزة ورفيقةً لجون بول سارتر يومًا ما. هل يا تُرى شوَّهت مُثُل الأنوثة الطاغية تلك الوعود؟ كما كتبت في كتابها «الجنس الآخر» (The

(1) Simone de Beauvoir, *Force of Circumstance*, trans. Richard Howard (New York, NY: Putnam, 1965), 658. I have altered the final sentence to avoid the offensive "gypped" for the French "flouée."

(Second Six): «لا تولَدُ الواحدةُ منّا امرأة، بل إنَّها تُصبحُ كذلك»[2].

إن الجندر بناءٌ ثقافي، ولم يُبنَ لصالح النساء؛ فهل كانت تملكُ رؤيةً قاصرة للإمكانات المُتاحة لها حين تُشكِّك بمواهبها الفلسفية أمام سارتر صاحب الحضور المخيف والملهم؟[3] ربَّما، ولكنَّها كانت تفكِّر في شيءٍ آخر، بحسب قولها على الأقل. حيث قالت لتوضيح خاتمتها تلك، بإلحاحٍ من مجلة باريس ريفيو:

> «حاول الناس .... تفسير]الجملة الأخيرة[على أنها تعني أنَّ حياتي كانت خائبة،إمّا لأنني أعترف بكوني كنتُ مخطئة على المستوى السياسي، أو لأنني أدرك أنَّ على المرأة أن تنجب أبناءً في النهاية، وإلخ. ومن يقرأ كتابي بعناية يُدرك أني أقول العكس تمامًا؛ وأني لا أحسد أحدًا، وأني راضيةٌ تمام الرضا عمّا كانت عليه حياتي، وأني وفيتُ بكل وعودي. ومن ثم، لو أُتيح لي عيش حياتي تارةً أخرى، فلن أعيشها مختلفةً عمّا كانت عليه»[4].

لا يتعلق الأمر بالأخطاء، أو الخيبات، أو الفوات، فبإمكان بوفوار تخطِّي الفصلين السابقين من هذا الكتاب، بيدَ أنها كانت تشعر في صميم منتصَف العمر، في سن الخامسة والخمسين، أن ذاتها مقيدة بمرور الزمن الحتمي.

(2) Simone de Beauvoir, *The Second Sex*, trans. H. M. Parshley (London: Jonathan Cape, 1953), 267.

(3) Miranda Fricker, "Life- Story in Beauvoir's Memoirs," *Cambridge Companion to Simone de Beauvoir*, ed. Claudia Card (Cambridge: Cambridge University Press, 2003), 208- 27.

(4) Madeleine Gobeil, "Simone de Beauvoir: An Interview," *Paris Review* 35 (1965), 23- 40, 36.

«عندما يكون لدى المرء نظرة وجودية تجاه العالم، كنظرتي تجاهه، فمفارقة الحياة البشرية تكمن تحديدًا في أنَّ المرء يسعى ليكون و -على المدى الطويل- لا يعدو كونه موجودًا. وما يحصل بفعل هذا التناقض، أن الفرد عندما يراهن على الكينونة، يفعلُ ذلك دائمًا بطريقةٍ ما حينما يرسم خططًا، حتى لو كان يدرك أنه لن ينجح في مسعاه نحو الكينونة، وعندما يلتفت حوله ويتأمَّل في حياته، يرى أنَّه كان موجودًا فحسب. بمعنى آخر، الحياة ليست خلفك كشيءٍ راسخ، كحياة الإله (كشيءٍ متعذِّر، كما هو مُتخيَّل)، فحياتك ليست سوى حياةً بشرية»[5].

قد تكون أفعال الإله خالدة. أمّا بالنسبة لنا، فالحاضر الحيّ يتلاشى في الماضي الميّت، ويجرُّ معه في النهاية كلَّ واحدٍ منا. وحينما تُعبِّر بوفوار عن خوفها من العدَم فإنها تقرنُه بالموت المحتوم: «أفكِّر بأسًى بكل الكتب التي قرأتها، والأماكن التي زُرتُها، والمعرفة التي اكتنزتُها؛ إذ لن يكون لها وجود فيما بعد. شتى أشكال الموسيقى، واللوحات، والثقافة، وكثير من الأماكن، ثم فجأة لا شيء»[6].

أطلنا تأجيل الحديث عن هذا الموضوع، وقد حان الوقت لمواجهة فنائنا. وفي المقال الذي استفتحنا به أول فصول هذا الكتاب، يصف إليوت جاك هذه المواجهة بأنها «السمة الجوهرية والأساسية لمرحلة منتصَف العمر، التي يثمر عنها الطابع الشائك

(5) Gobeil, "Simone de Beauvoir: An Interview," 37.

(6) Beauvoir, *Force of Circumstance*, 658.

للمرحلة»[7]. «وتكمن المفارقة في دخول ربيع الحياة، ومرحلة الإنجاز، ولكن في ذات الوقت يُعيَّن للربيع والإنجاز أجلهما؛ فالموت بات وشيكًا»[8]؛ حيث إن دورة حياة الإنسان المحدودة لن تكون فكرةً مجردة في منتصَف العمر. فالمرءُ يعلم يقينًا حينئذ ماذا يعني عقدٌ من الزمان، ويُدرك أن تلك العقود المتبقية له تكفيها يدٌ واحدة لعدِّها. ومن شأن هذا أن يكون منبعًا للخوف والقلق.

وفكرة أن الفلسفة ستخفف علينا وطأة الموت هي فكرةٌ عتيقة. فعندما كتبَ كاتبُ المقالات ميشيل دي مونتيني عام 1580: «أنْ تتفلسفَ يعني أنْ تتعلَّم كيف تموت»[9]، كان يُواكِب أثرًا يعود إلى الفيلسوف الروماني شيشرون في القرن الأول قبل الميلاد، ويمتد إلى سقراط، الذي آثر أن يتجرَّع سمَّ الشوكران في أحد السجون الأثينية. ويُعزى تحوُّل مونتيني الفلسفي، من جهة، إلى موت صديقه الحميم، إيتين دي لا بوتيه، ومن جهةٍ أخرى إلى حادثةٍ سقَطَ فيها من ظهر جواده كادت أن تودي بحياته. كان إيتين حينها في الثالثة والثلاثين من عمره، ومونتيني في السادسة والثلاثين. فشرَعَ مونتيني في مأثرةٍ أسطورية في استكشاف الذات، حينما كتب الخمسة آلاف كلمة التي شكَّلت مقالاته الإنسانية التحليلية ذات المواضيع المتباينة في أهميتها؛ إذ كتب عن أكل لحوم البشر، والحذلقة، وحتى عن إصبع الإبهام البشري. بيدَ أن تفلسُفه لا يؤدي إلى شيء، حيث

(7) Elliott Jaques, "Death and the Mid- Life Crisis," *International Journal of Psychoanalysis* 46 (1965): 502- 14, 506.

(8) Jaques, "Death and the Mid- Life Crisis," 506.

(9) Michel de Montaigne, "To Philosophize Is to Learn How to Die," *The Complete Essays*, trans. M. A. Screech (London: Penguin, 2003), 89- 108.

ينبِّه بأسًى في مقالته قبل الأخيرة بقوله: «إن لم تكن تعرف كيف تموت، فلا بأس. سترشدُك الطبيعة إلى كيفية ذلك في الحال»[10]. والمعنى الضمني لعبارته تلك هو أن ما يُخمد الفزع المبهم والقاهر الذي تثيره فكرة الموت هو الموت وحده.

سأحاول بذل المزيد من الجهد للتعامل مع الخوف من الفناء، ولكني لن أتظاهر بأنه عملٌ يسير. ففيما يستكشف هذا الفصل بعض المساعي الفلسفية لمواجهة الموت، سنواجه بعض المصاعب والمشاق، وستتبدّى لنا بعض البصائر والأوهام. وسيكون التقدُّم صعبًا؛ إذ يتضح، من منظور المُعالج المعرفي، أن الموت مُهلك.

لا يعنينا في شيء؟

إن كان مونتيني رائدًا لهذا الكتاب، ومرشدًا عقليًا في المساعدة الذاتية، فإن إبيقور يُمثِّل ما هو أكثر من ذلك. كان إبيقور، الشاب المعاصر لأرسطو، فيلسوفًا ومرشدًا حياتيًا، وكان يرأس مدرسةً شاعريةً ومنعزلةً في أثينا القديمة أسماها «الحديقة». وفي يومنا هذا، تشير «الإبيقورية» ضمنًا إلى الحياة المنطوية على اللذة الحسية: الحفلات الصاخبة، والأطعمة الفاخرة. فلو كنتَ قد ذهبتَ إلى «الحديقة» باحثًا عن مثل هذا، فكنتَ ستُغادرها محبطًا. حيث إن ما كان إبيقور يُبجِّله هي حالة «أتاراكسيا» (ataraxia) أو الطمأنينة وغياب الألم، التي تتحقق من خلال التفكير المعتدل

(10) Michel de Montaigne, "On Physiognomy," *The Complete Essays*, trans. M. A. Screech (London: Penguin, 2003), 1173–1206, 1190.

والالتفافِ حول صُحبةٍ تبعث السكينة. كان إبيقور يؤمن بأن أكبر مُهدِّدٍ للسعادة هو الخوف البالغ من الموت، الذي يُقلق المرء ويسلب منه راحة باله. لا شك أن عملية الاحتضار قد تكون مُهينة ومؤلمة، ولا غرابة في أن يتمنى المرء نهايةً هادئة ومطمئنّة؛ غير أن الاحتضار يختلف عن الموت. فحسبما يرى إبيقور، الموت هو النهاية الثابتة لوجودنا؛ حيثُ لا بقاء لروحٍ بلا جسد، ولا حياة بعد الموت، ولا فرصة أخرى. (سأجاريه في هذا؛ إذ إن صعوبة مواجهة الموت تبدو مختلفة جدًّا إن كان الغموض يُحيط بحقيقة ما يحدث لنا بعدما نموت، مع احتمالية تناسخ الأرواح أو الخلود في الجنة أو النار). إن الخوف من الموت هو ما يراه إبيقور سائدًا ولا عقلانيًّا. ومن المفارقة أنَّ عدم الوجود هو الذي يمنح السلوان ويُبدِّد الخوف المُهلك، حيث يكتب: «إن الموت، أبشع البلايا، لا يعنينا في شيء. فمتى ما وُجدنا لا يوجد الموت، ومتى ما حضر الموت، لا نوجدُ نحن. فهو إذن لا يعني الأحياء ولا الأموات؛ لأنه لا يحضر بوجود الأحياء، ولا وجود للموتى بحضوره»[11].

لا أعلمُ بشأنك، ولكني لا أجد أنَّ هذا يهوِّن الأمر. وقد صُدمت من تكرار هذه الحجة، دون نقد، في كتابٍ رائج عن «العلاج النفسي الوجودي»، وهو كتاب «التحديق في الشمس» (Staring at the Sun) لإيرفين يالوم[12]. ولكن إن كنت ترى أنها تُثمر معك، فلا

(11) Epicurus, "Letter to Menoeceus," *Epicurus: The Extant Remains*, trans. Cyril Bailey (Oxford: Oxford University Press, 1926), 82- 93, 85.

(12) Irvin D. Yalom, *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death* (San Francisco: Jossey- Bass, 2008), 78- 79.

بأس. توقَّفْ عن القراءة هنا (تنبيه فلسفي تخريبي!). وبالنسبة لأولئك الذين ما يزالون معي، يؤسفني أن أقول إن هذه الحجة غير سليمة؛ فما يترتب على فرضية عدم وجود الإنسان بعد موته هو أن الموت لا يمكن أن ينطوي على ضرر المعاناة الحتمي؛ ولكن يمكنه مع هذا أن ينطوي على ضرر الحرمان: الزوال الدائم لكل ما هو جيد في الحياة. فلا مزيد من الفنون، والمعارف، وقضاء الوقت مع الأصدقاء، لا شيء! ما الذي قد يكون أكثر منطقية من مواجهة هذا الحال المُرتقب بالهلع الذي قد نواجه به مستقبلًا شاحبًا لا طعم له؛ يخلو من البهجة مثلما يخلو من الألم؟ إنه أمرٌ مروِّع!

وفكرة أن الانقطاع عن الوجود شرٌّ لنا لأنه يحرمنا من المنافع تستند إلى الأرثوذوكسية، وهي الرد الشائع، إلى حدٍّ كبير، بين الفلاسفة المعاصرين على إبيقور. فبلوى الموت هي بلوى غياب، وانعدام، وفقدان كل ما يجعل الحياة جديرةً بالعيش. إنها بلوى فقدان القيمة الوجودية، بالتعبير الذي استعملناه لتشخيص انهيار ميل العصبي، تلك القيمة التي تجعل الحياة قيِّمة بصورة قاطعة، ولا تقتصر على التحسين الممثل في حل المشكلات وتلبية الاحتياجات. فلو كانت لنشاطاتنا قيمة تحسينية دون غيرها، فسيكون أبيقور صائبًا فيما يدَّعيه، على تصوّر أن أفضل ما قد نتمناه في الحياة سيكون التحرُّر من المعاناة، الذي سيحققه الموت إذ ذاك. ولكن من سعادتنا وشقائنا أن الحياة يمكن أن تنطوي على ما هو أكثر من ذلك بكثير. فوَفْق القاعدة الثانية في الفصل الثاني، نحن نمارس أفعالًا لها قيمة وجودية، مؤكِّدين على جدارة الحياة بالعيش، إذا سارت الأمور على نحوٍ جيد.

غير أن المناصرين لإبيقور -وهم موجودون بالفعل- يتذمّرون أحيانًا من عدم فَهْمنا لمقصده. فهو لا يُنكر أن الموت أسوأ من الحياة الدائمة ذات العمل القيّم، ولكنه يتساءل عن الموقف الذي ينبغي اتخاذه تجاه هذه الحقيقة. قد يُقال جدلًا، على سبيل المثال: إن الخوف من الموت في غير محلِّه، لأن الخوف العقلاني يقتصر على الخوف مما يُنذرُ بضررٍ قاطع، أو مما هو ظنيٌّ بطريقةٍ ما. وبما أن الموت عدَمٌ حتمي، فمن غير العقلاني الخوف منه. ومثلما يبدو، هذا هو نوع الحذلقة الذي يمنح الفلاسفة سمعةً سيئة. لا يهم إنْ أسميتَ موقفك من الموت «خوفًا» أو «رهبةً» أو «بؤسًا»: ما يهمّ هو النفور التام من الموت الذي يحسُّه الكثير منّا. وبالطبع، لا يمكن لإبيقور أن يكسب الحجة من خلال التفاصيل الشكلية، ولكنْ ثمة مبرر آخر. لقد رأينا في الفصل الرابع أن الاختيار العقلاني قد يخرج عمّا هو أفضل أو أسوأ، وشيءٌ كهذا قد ينطبق على الموت. فلا ينبغي لنا أن نرتعد رعبًا من الفناء، مهما بلغ من السوء. وهذا ما يقوله أتباع إبيقور، بما فيهم التابع الأكثر نفوذًا، تيتوس لوكريتيوس كاروس، أحد معاصري شيشرون في روما القديمة، الذي يُخلِّف لنا صورةً ساحرةً عن الموت لا يظهر فيها أنه مدعاةٌ للخوف، مثلما كان إبيقور يرى. هل يمكن الاستفادة من ذلك علاجيًّا؟

الرجل الواقف أمام المرآة

لا نعرف سوى النزر اليسير عن لوكريتيوس نفسه. وبعده بقرون، ادَّعى القديس جيروم أنه قد جُنَّ خلال كتابة قصيدته الفلسفية «حول طبيعة الأشياء» (De Rerum Natura)، ما حدا

به إلى قتل نفسه في عمر الرابعة والأربعين على إثر تجرُّعه جرعةً قوية من إكسير حبٍّ. ولم يكن مستغرَبًا أن يُعرِب العلماء عن شكوكهم بشأن وصف فيلسوفٍ وثنيٍّ بالجنون والالتياع من جانب قديسٍ مسيحيٍّ[13]. وقد ظلَّ العمل نفسه مفقودًا لألف عام، إلى أن أُعيد اكتشافه في ديرٍ ألمانيٍّ عام 1417، فأصبح نصًّا مؤسِّسًا لعصر النهضة الإيطالية.

يتناول لوكريتيوس في قصيدته مواضيع كثيرة، كما يوحي عنوانها، وهي في جوهرها تشمل كل شيء. والجزئية التي تهمُّنا فيها هي استعارة يتجاوز تأثيرُها إحساسَها العابر؛ حيث يسعى لوكريتيوس من خلالها إلى إعادة تشكيل علاقتنا مع الموت، على غرار إبيقور.

«انظر للوراء الآن، وتأمَّل كيف أنَّ أزمنة الخلود الغابرة التي انطوت قبل مجيئنا لم تكن تعنينا في شيء. وهنا، كذلك، مرآة تُظهر لنا الطبيعة فيها الطور الآتي بعد موتنا. هل ترى ما يبعث الخوف فيه؟ هل ترى أيّ شيءٍ مروّع؟ ألا يبدو أكثر اطمئنانًا من النوم العميق؟»[14]

لا يستعيد لوكريتيوس هذه الصورة، التي قد لا تُمثِّل أكثر من الرؤية الإبيقورية النموذجية، التي تُفيد بأننا لن نتضرر من فقدان المنافع التي يمنعنا زوالنا من تلقيها. (انظر التنبيه التخريبي أعلاه). ولكنها اكتسبت حياةً خاصةً بها، وانعكاساتها مرئية خارج الفلسفة،

(13) Stephen Greenblatt, *The Swerve: How the World Became Modern* (New York: Norton, 2011), 54–55.

(14) Lucretius, *On the Nature of Things*, trans. Martin Ferguson Smith (Indianapolis: Hackett, 2001), Book III: 972–7.

كما هو الحال عندما يصوِّر فلاديمير نابوكوف حياة الإنسان في السطور الافتتاحية من سيرته الذاتية «تكلمي أيتها الذكريات» (Speak, Memory)[15]، بأنها «بصيصُ ضوءٍ خاطف بين أبديتيْنِ من الظلام». وأمّا في الفلسفة، فهيَ مصدرٌ لأحجية عن الموت تُعرف باسم «حجة التناظر» ولكن من الأنسب أن تُطرح كسؤال: ما الذي يجعل من العقلاني التفاعلَ على نحوٍ مختلف مع العدم الذي يعقب الموت والعدم الذي يسبق الميلاد، بحيث يكون الأول منبعًا للقلق المُعيق والثاني للفتور التام؟ يكمن التحدي في تفسير المواقف المتعارضة وتسويغها تجاه ظاهرتينِ متماثلتينِ في حدِّ ذاتيهما.

لا يشعر الجميع بهذا التعارض على نحوٍ جليّ. فعندما بلَغ ابني، إيلي، الرابعة من عمره، زرنا أهل زوجتي، وأريتُهُ صورةً لها في طفولتها، فكان هذا الحوار:

إيلي: هذه أمّي حين كانت طفلةً صغيرةً، هل كنتُ صغيرًا حينها؟

أنا: لا، لأنك لم تولَدُ بعد حينذاك.

إيلي: هل كنتُ كبيرًا أو أمًّا؟

أنا: لا، لم تكن أيّ أحد.

إيلي: من المحزن ألّا أكون أيّ أحد.

يعتقد إيلي أن عدم وجوده يستدعي الحزنَ وليس الفتور. بينما قد يكون رأيه عن الفناء أكثر إبهامًا؛ فعلى حدِّ علمي، لم أنقل له جزءي من الخواء الوشيك. ولو أني فعلت، فمن الوارد أن يواجه

---

(15) Vladimir Nabokov, *Speak, Memory: An Autobiography Revisited* (New York: Vintage, 1989), 19.

حالة «الخوف من مرور الوقت» أو «كرونوفوبيا» التي ذكرها نوبوكوف، الذي يتملَّكه الهلع عند مشاهدة فيديو منزلي يصوِّر العالَم قبل مولده وقتما كان خاليًا منه[16].

تفترض حجة التناظر موقفًا أكثر تقليدية تجاه العدم السابِق للميلاد وتحاول استدعاء اتزانٍ مماثل تجاه الموت. وفعالية هذا الاتجاه منوطة بتجاهل الاختلافات البسيطة بين الطور التالي للموت والطور السابق للحمل أو الميلاد. فمن ناحية، إن لم يُقدَّر لي الموت في السنة الفلانية، وإنما بعد عشر سنوات، فإني سأعيش حياةً أطول، وسأنعم بمزيدٍ من المنافع في حال سارت الأمور على ما يرام. في المقابل، لو أني قد وُلدت عام 1966 وليس بعده بعشر سنوات، فلا يوجد سبب للاعتقاد أن طول عمري سيزداد. (تشير الأرقام الإكتوارية إلى العكس). ثمة سبب طبيعي لتمني الموت اللاحق وليس الميلاد الأسبق. فبهذه الطريقة، يكون لدى المرء مزيدٌ من سنوات العمر. ومن ناحيةٍ أخرى، لو أني وُلدتُ عام 1966، فإن حياتي كانت ستكون مختلفة اختلافًا جذريًّا، ومن الصعب معرفة كيف كانت ستمضي. كما أن مسألتَيْ تجنُّبِ المخاطر والاهتمام بالتفاصيل، اللتين نوقِشَتا في الفصل الرابع، كلتاهما تُناقضُ هذا الخيار، حتى لو قضينا أنه سيجلب عقدًا آخرَ من طيب العيش.

هذه النقاط سليمة ولكنها سطحية؛ ذلك أنها لا تقترب من عمق التباين المحسوس بين تناهي المستقبل وتناهي الماضي. تكتنف الكثير منّا رغبةٌ جامحةٌ في إطالة الحياة نحو المستقبل إلى أجلٍ غير

(16) Nabokov, *Speak, Memory*, 19.

مُسمّى، بحيث تكون الحياة بلا نهاية. بينما الرغبة في إطالة الحياة نحو الماضي لأجلٍ غير مُسمّى، بحيث تكون الحياة بلا أصل، فهي في أفضل الأحوال موارِبة غريبة ومسلية، وهي في أسوئها رغبةٌ مرَضية: رُهاب نوبوكوف من مرور الوقت. (تخيَّل أحدًا يتمنى لو أنه كان موجودًا منذ الأزل، عوضًا عن أن يولد، بحيث يتذكر أحداثًا عبر تاريخ الزمن، ولكنه يُواجه الموت في الخمسين عامًا المقبلة). هذا التباين لا يُفسَّر من خلال بعض التفاوت في المدة بين المستقبل اللامتناهي والماضي اللامتناهي، أو من خلال التأثير العقلاني الممثَّل في إدراك ما هو قيِّم بشأن حياة المرء الحاليّة عندما يكون البديل أفضل.

ولا شيء يُفسره أو يُبرّره عند من يؤيد التناظر. قد يكون العدم السابق للميلاد حرمانًا رهيبًا، ويفوق في سوئه الحياةَ الأبدية، ولكن من غير المنطقي التفاعُل معه بأكثر من الخوف المعتدل. وينبغي أن يكون هذا موقفنا تجاه الموت، ما لم نتمكن من المجادلة بخلاف ذلك. فالعدم التالي للموت يُعدُّ حرمانًا رهيبًا وأسوأ بكثير من الحياة الأبدية، ولكنه لا يستدعي غير الخوف المعتدل. نظريًّا، بإمكان المرء تحقيق التكافؤ باتخاذ الاتجاه الآخر، بحيث يُضخِّم نفوره من العدم السابق للميلاد، ويضيف الخوف من مرور الوقت إلى الخوف الدائم من الموت. وعمليًّا، أرجحية حدوث ذلك ضعيفة. ففي أسوأ الأحوال، قد يصبح موقف المرء -ما أرجو أنه موقف إيلي- حُزنًا مستكينًا على الزمن السابق للكينونة، على التناهي السالف للإنسان، وعلى عدمِه اللاحق كذلك.

لقد وجدنا العلاج المعتبَر الأول لمن يسيطر عليهم الخوف من الموت، الذي ذكره أيضًا إيرفين يالوم[17]، وبثقةٍ أكبر هذه المرة. وفعاليته لا ترتكز على أيّ خطأ، ولكنها غير ثابتة؛ فهي تستند إلى اعتقاد عدم وجود أي تعارض وارد بين العدم الذي يسبق الميلاد وذلك الذي يعقب الموت، بحيث لا يوجد ما يُخل بالتناظر العقلاني الذي يكون فيه أحدهما انعكاسًا للآخر. ولكن ما مدى سلامة هذا الافتراض؟

يأتي هنا دور ديريك بارفيت، الذي التقيناه في الفصل الرابع وهو يتأمّل في حدود الندم. فبعد ثماني سنواتٍ، وجّه بارفيت عينه اليقظة إلى تضادٍ لا جدال فيه بين الزمن السابق للميلاد والزمن التالي للموت، بغض النظر عن تماثلهما الجوهري، وهو أن أحدهما في الماضي، والآخر سيأتي لاحقًا. هل توجهاتنا الزمنية المتعارضة نحو العدم السابق للميلاد وذاك الذي يعقب الموت تجعل الجفول من أحدهما دون الآخر أمرًا عقلانيًا؟

وجهة نظر بارفيت دقيقة تمامًا: قد تتأثر رغباتنا باتجاه الزمن، بحيث تتعامل مع الماضي والمستقبل على نحوٍ مختلف؛ ولكن قد لا ينبغي لها ذلك.

يفسِّر بارفيت رأيه من خلال تجربة فكرية شهيرة أخرى، وهي قصة «عمليتيّ الماضية أو المستقبلية»[18]، وهذه نسخة مختصرة منها:

---

(17) Yalom, *Staring at the Sun*, 81- 82.

(18) Parfit, *Reasons and Persons*, 165.

تستيقظ في المشفى، وأنت تعلم أنه كان عليك الذهاب هناك لإجراء عملية ضرورية ولكنك لست متأكدًا ما إذا كنت قد خضعتَ لها أم لا. وحتى الممرضة لا يمكن أن تتذكر أيضًا. فقد تكون المريض الذي خضع لعملية جراحية البارحة، والتي أُجرِيَت دون تخدير واستمرَّت لأربع ساعات مؤلمة؛ أو قد تكون المريض الذي ستُجرى له العملية في وقتٍ لاحقٍ اليوم، ومرة أخرى دون تخدير، ولكن بمشقة أقل، إذ ستستغرق ساعة واحدة فقط. ستُلقي الممرضة نظرة على القائمة وتأتيك بالخبر اليقين.

بارفيت يسأل: أيُّ خبرٍ ترجو تلقِّيه؟ ويفترض، مثلما أفترض أنا الآخر، أنك تأمل لو كنت قد خضعت للعملية التي أجريت البارحة، حتى وإن كانت حياتك ستتضمن مزيدًا من ساعات الألم. فنحن، مثلما يزعم بارفيت، «منحازون إلى المستقبل»؛ حيث إننا نقلق بشأن الألم الذي لم نُعانِه، أكثر مما نقلق بشأن الألم الذي قاسيناه في الماضي. والأمر ذاته ينطبق على اللذة، في الاتجاه المعاكس. فلو كنت تتطلع إلى تجربة ممتعة، كالذهاب لحفلة مثلًا، ولست متأكدًا ما إذا كانت قد أُقيمت أمس أم أن ميعادها اليوم، فعلى الأرجح أنك سترغب في الحفلة التي لم تُقَم بعد؛ لأن الملذات المستقبلية تُقدَّر أكثر من الملذات السالفة. (للتحرر من ملذات الاستذكار، التي تميل إلى خلق نوعٍ من التشويش، يمكننا أن نقرر أنك لن تتذكر الحفلة، فيما لو أُقيمت. هي ذلك النوع من الحفلات).

وإن كنتَ منحازًا إلى المستقبل، فلن تكون مقتنعًا بـ «التناظر» بين العدم الذي يسبق الميلاد والذي يعقب الموت[19]، وستأبى المواساة المعروضة أعلاه. فبينما يُجرِّدك تناهي المستقبل من الملذات المستقبلية، التي ترومها بشدة، فإن تناهي الماضي يُجرِّدك من الملذات السالفة، التي تُقابَل بالفتور النسبي. لا عجب إذن أن يبعث الموتُ الفزع والجفول، على عكس عصور الأبدية الغابرة.

ويمكن الإشارة إلى الانحياز للمستقبل بالعودة مرة أخرى إلى ذهول بوفوار. فبغض النظر عن الملذات التي تعِدُ نفسك بها، لا يكون لتلك الملذات أي وجود عندما تُوفِّ الوعود؛ لأنها تغدو بلا قيمة أو تكون، على الأقل، أدنى قيمة مما كان متوقعًا، حينما تعود للماضي وتتأمل المنجم الذهبي تحت قدميك. إننا مخدوعونَ من غير بدّ. مهما يكن، يُشدِّد بارفيت على أن انحيازك للمستقبل، في حال كنت كذلك، لا يحسم مسألة ما إذا كان موقفك منطقيًّا في آخر الأمر. قد يفسِّر هذا الانحياز شعورك ولكنه لا يُسوِّغه. ولهذا، يزعم بارفيت بضرورة الكف عن الانحياز للمستقبل، مع أنه لا يمكن القول إنه يقدِّم ما يُثبت صحة زعمه. وأحد تصوراته الأساسية الداعمة لـ«الحياد الزمني»، أي منح أهمية متساوية للتجارب الماضية والمستقبلية، أن هذا الحياد يُخفِّف من وطأة الخوف من الموت[20].

وفي اعتقادي أن من الإنصاف القول إن عقلانية الانحياز للمستقبل تُعدُّ مسألةً غير محسومة في الفلسفة. فمن ناحية، من

---

(19) Anthony Brueckner and John Martin Fischer, "Why Is Death Bad?", *Philosophical Studies*, 50 (1986), 213– 21.

(20) Parfit, *Reasons and Persons*, 175– 76.

الصعب الاعتقاد أن الاستجابة السائدة للموقف الوارد في قصة «عمليتيّ الماضية أو المستقبلية» غير عقلانية. ومن الناحية الأخرى، تُسفر تلك الاستجابة سريعًا عن نتائج عجيبة. هب أنك سُئلت قبل الموعد المقرر للعملية بأسبوع ما إذا كنت تفضِّل إجراء جراحة مؤلمة مدتها أربع ساعات صباح الاثنين أو جراحة مدتها ساعة واحدة بعد ظهيرة يوم الثلاثاء، والقرار قرارك. ستؤثِر جراحة يوم الثلاثاء، ما لم تكن في غاية الفرادة. ولكن إن كنت منحازًا للمستقبل، يمكننا أن نتنبأ بثقة أنك ستندم على قرارك عند استيقاظك صباح الثلاثاء. عند تلك المرحلة، أنت ضمن سيناريو بارفيت، حيث تؤثِر جراحة الأربع ساعات يوم الاثنين على جراحة الساعة الواحدة في وقتٍ لاحقٍ اليوم. ولو كان الانحياز للمستقبل عقلانيًّا، سيكون من العقلاني اتخاذ قراراتٍ تعلم يقينًا أنّك ستندم عليها. هل يُمكن أن يكون ذلك صحيحًا؟

سأترك هذا السؤال لك، وأنت عالقٌ في المنتصف، مع أربعين عامًا خلفك ومدة مماثلة أمامك إنْ سارت الأمور على خير. هل بوسعك تبني موقف الحياد الزمني، حيث يكون الموت مرآةً للعدم السابق للميلاد؟ مع تعاقب السنين «يقلُّ تدريجيًّا ما تتطلع إليه، ويتزايد تدريجيًّا ما تعود ذاكرتك إليه»[21]. ولا بأس في ذلك؛ لأنك إذا تمكنت من التعامل مع هذا الوضع دون الوقوع في حالة الخوف من مرور الوقت، فستكون قد قطعت شوطًا طويلًا نحو التصالح مع الموت، بمساعدة فلسفية.

(21) Parfit, *Reasons and Persons*, 175.

ولكن عليّ أن أعترف بأن هذا لا يثمر معي، كما يمكنك على الأرجح أن تلاحظ من الأسلوب الشرطي للصفحات القليلة الأخيرة. إنّي لا أعترض على الحياد الزمني، كما أُقرُّ بجوانبه الإيجابية، ولكني أرى أن من المنطقي أيضًا الانحياز للمستقبل. فأنا بطبيعتي أقرب إلى بوفوار من بارفيت، أقرب إلى كراهية تدفق الزمن الحتميّ من تقدير أصالة الماضي الراسخة. وعندما أنظر في المرآة، أرى رجلًا منحازًا للمستقبل، وخوفه من الموت ما يزال شديدًا. هل ثمة ما يُمكن أن يُقال له؟

إفراطٌ في ابتغاء المنفعة؟

دع الانحياز للمستقبل جانبًا للحظة، وفكِّر مباشرة في الرغبة التي عبَّر عنها الفيلسوف ميغويل دي أونامونو بحماسةٍ لا تُنسى، حينما قال: «لا أريد أن أموت. لا! لا أريد أن أموت، ولا أريد أن أرغب بالموت. أريد أن أحيا دائمًا وإلى الأبد»[22]. كما يتضح، انعدام الرغبة في الموت يعادل الرغبة في الحياة الأبدية. وهذا يفضي إلى حيلةٍ علاجيةٍ؛ فلو استطعنا إقناع أنفسنا بأن الخلود لا يُطاق، فقد يقود هذا إلى تصالحنا مع الموت.

كتَب الفلاسفة كثيرًا عن زعمهم أنَّ الحياة الخالدة ليست بالروعة التي يتخيلها الإنسان. فعلى حدِّ زعم الفيلسوف البريطاني بيرنارد ويليامز، يكمن خطر الخلود في السأم، حيث يُكابد المرءُ

(22) Miguel de Unamuno, *The Tragic Sense of Life in Men and Nations*, trans. Anthony Kerrigan (Princeton: Princeton University Press, 1972), 51.

فيه الغمَّ والضيق والبؤس؛ لأنَّه ليس بالخلود الذي يفسح الطريق للنعيم المقيم[23]. وحسبما يرى الأمريكيان مارثا نوسباوم وساموِيل تشيفلر، فإن المعضلة تكمن في الاغتراب[24]؛ لأن الحياة الخالدة ستكون مختلفة جذريًّا عن الحالة البشرية من حيث عدم اشتمالها على الأنشطة التي تعطي معنًى لأيامنا الفانية. ولا يقتصر التنديد بالخلود على الفلاسفة وحدهم؛ فتقريبًا كل عمل روائي أو مسرحي أو سينمائي عن الحياة الأبدية يعكس الواقع المرير، بدءًا من تيثينوس الهزيل، الأسطورة اليونانية الذي مُنح الخلود دون أن يُمنح الشباب الأبدي، ووصولًا إلى عائلة ناتالي بابيت المرتحلة المنفية، في قصة الأطفال الكلاسيكية «Tuck Everlasting». وقد كتبت بوفوار بدورها واحدة من هذه الأعمال، وهي رواية «كل البشر فانون» (All Men Are Mortal) التي قورِنت فيها صراعات ممثلة ساخطة مع الأيام الفارغة للأرستقراطي الخالد رايموند فوشكا.

هذا الطوفان من النقد هو إما دلالة على حاجتنا الشديدة إلى الفناء وإما أنه محاولة يائسة لإخفاء الحقيقة. ولن أحاول تعيين أحد هذيْنِ الاحتماليْنِ، برغم ما لدي من شكوك؛ وذلك لوجود ردّ أكثر ابتذالًا على التوق اليائس للخلود. فمهما كان العيش للأبد

---

(23) Bernard Williams, "The Makropulos Case: Reflections on the Tedium of Immortality," *Problems of the Self* (Cambridge: Cambridge University Press, 1973), 82- 100.

(24) Martha Nussbaum, "Mortal Immortals: Lucretius on Death and the Voice of Nature," *Philosophy and Phenomenological Research* 50 (1989), 303- 51, 335- 43; Samuel Scheffler, "Fear, Death, and Confidence," *Death and the Afterlife*, ed. Niko Kolodny (Oxford:Oxford University Press, 2013), 83- 110.

مذهلًا، أليسَ ثمة ما هو متطرِّف في التعطُّش البالغ لما يستحيل على البشر، وفي التفجُّع على فناء الإنسان كما لو كان كارثةً فادحة وليس انعدامًا للقوة الخارقة؟ من المنطقي أن يشعر الإنسان بالحزن عندما يُصاب بمرضٍ عضال أو بما يحول دون عيشه حياة إنسانية كاملة. وقد يكون تمني الخلود معقولًا، لكن هل من المنطقي الارتعاد خوفًا من تعذُّر تحقيق تلك الرغبة؟

يحكي صديقٌ عن حبِّه للرجل الخارق (سوبر مان) وأمنيته في أن يكون كذلك «أسرع من الرصاصة المنطلقة، وأقوى من القاطرة، وأن يكون قادرًا على القفز على المباني الشاهقة في وثبةٍ واحدة». يبدو هذا منطقيًّا لي؛ فمن لا يريد ذلك؟ ولكن عندما أراه بعد أشهُر، يبدو في حالةٍ يُرثى لها. لقد كان يصحو كل ليلة مُتعرِّقًا يعصف به القلق، ويحرقه الأسى على عجزه عن إطلاق ليزر ناري من عينيه، ملقيًا اللوم على قواه البشرية التي لا تصل لمستوى القوى الكريبتونية. إنه بحاجة إلى لململة شتاته! فالافتقار إلى القدرات التي تتجاوز نطاق الإمكانات البشرية ليس مدعاةً للشقاء، ولا يستوجب اليأس والإحباط.

ما مدى اختلاف الرغبة في الخلود عن الرغبة في القوة الخارقة؟ حتى وإن كان الخلود خيرًا عظيمًا، فهو لا يختلف عن القدرة على الطيران، من حيث كونه خصيصةً سحريةً من الحُمق التحسُّر على غيابها. قد نمقت ملاقاة الموت في سن الخامسة والأربعين، ولكن لو حانت ساعته في آخر حياة الإنسان، في الخامسة والثمانين أو التسعين، هل ينبغي أن يُثير ذلك غيظنا؟ لقد نلنا نصيبنا من

السنين، وفي حين أننا قد نرغب بالمزيد، فإن الإصرار على هذه الرغبة يبدو كضربٍ من ضروب الجشع: لهفة شائنة ومَرَضية للحياة. ومن الممكن توجيه هذا الاتهام لبوفوار على ضوء تبرمها من كون حياتها ليست «حياة الإله»، دائمة الوجود، ولكنها «ليست سوى حياةٍ بشريةٍ»، خاضعة لمرور الوقت[25]. وحُلم المرء بالعيش كما الإله الخالد يختلف عن شعوره بالخداع من وهمية هذا الحلم. وعلى ضوء ذلك، تكون بوفوار قد أسرفت في خوفها من الفناء، وغالت في مطلبها حتى بلغت حد الطمع بما يفوق طاقتها البشرية.

فلننظر للخلود على أنه تغييرٌ جذريٌّ في الحالة الإنسانية، كنموّ الأجنحة أو التكاثر بالانشطار، ولنتبصر في الاختلاف بين الأمور التي تكون الرغبة فيها أمرًا معقولًا وتلك التي ينبغي الاستياء أو التحسُّر من عدم وجودها. ففي دراساتي غير العلمية بإقرار الجميع، من شأن التمرُّس في فعل ذلك أن يُقلِّل من فظاعة فكرة الفناء. أو على أقل تقدير، يمكننا أن نحاول أن نخجل من أنفسنا نظير رغبتنا الملحّة في الحياة الأبدية، وهو ما قد يزيد من شدة وطأة الموت.

أنا آخِر مَن يُفوِّت فرصةَ تأنيب الذات، ولكني أخشى أن العزاء هنا يعتريه القصور أيضًا. (أتمنى أن أعترف بهذا دون التأثير على أيِّ تقدمٍ أحرزتُه). والقصور الأساسي للعلاج الثاني هذا هو أنه يعامل الرغبة في الخلود على أنها منوطة بابتغاء الأجود للذات، بل ما هو فائق في هذه الحالة، لما في الخلود من مزية تتجاوز ما هو ممكن على المستوى البشري. من الخطأ أن يتملَّكنا هذا التوق

(25) Gobeil, "Simone de Beauvoir: An Interview," 37.

النهم للحياة الأبدية؛ بيدَ أنَّه ليس الباعث الوحيد للخوف أو الفزع من ملاقاة الموت، والبواعث الأخرى لا تُكبَح بالسهولة ذاتها. فإلى جانب المصلحة الذاتية، هناك دافع حفظ الذات؛ وثمة اختلاف بين الدافعيْنِ.

وللتمييز بينهما، يُمكننا النظر إلى ظاهرة أُهملت في الفلسفة ولكنها جوهرية في عَلاقتنا مع الموت في منتصَف العمر، وهي تجربة الفقد والحرمان. في أغلب الأحيان، يغدو الموت في منتصَف العمر أقلّ تجريدية؛ فبعد أن كان سحيقًا أعلى الأفق، يأتي كموجةٍ عاتية تجتاح حياتك، وتبتلع أحبابك، وأنت مُرغمٌ على رؤيتهم يغرقون. ينزع الفلاسفة إلى التفكير بالموت بضمير المتكلم، ولكن ليس مصادفةً أن تبدأ واحدةٌ من أعمق المواجهات مع الموت بمماتِ صديق. وهكذا يستفتح جلجامش سعيه للخلود في أقدم الأعمال الأدبية الباقية التي يعود تاريخها إلى عام 2100 قبل الميلاد:

انتحب جلجامش على صديقه إنديكو،

بكى بكاءً مريرًا عبر الفيافي.

«هل عليَّ أن أموت أيضًا؟ هل عليَّ أن

أكون ميِّتًا عديمَ الحياة مثل إنديكو؟

كيف لي أن أحتمل هذا الحزن الذي

ينخر جوفي، وهذا الخوف من الموت

الذي يدفعني بلا هوادة إلى الأمام؟»[26]

---

(26) Stephen Mitchell, *Gilgamesh: A New English Version* (New York: Free Press, 2006), 159.

عند كثيرٍ من الناس، يكون الموت مؤثرًا بشكلٍ خاص حينما يموت أحد الوالديْنِ.

اسمحوا لي أن أجرؤ على التحليل النفسي. إننا نجفلُ لأكثر من سبب عندما يموت شخصٌ عزيزٌ لدينا. حيث تراودنا فكرة أن الموت يحرمه من الحياة: ضررٌ جسيم، لا سيَّما إذا أتاهُ الموت سريعًا. إننا نحبُّه، ونرجو له الخير، لذا لا نريد للموت أن يخطفه. ولكنْ ثمة ردُّ فعلٍ آخَرُ أيضًا، وهو الرغبة الصريحة والفطرية في دوام وجوده. والأمر هنا لا يتعلق بالخير، وإنما بالفقد، فقْد شخصٍ له قيمة واعتبار. فما يدفعنا إلى الرغبة في التمسُّك به هو رباط المحبة الذي يربط فيما بيننا.

للحبِّ جانبانِ على الأقل، يتمثل أحدهما في الاهتمام برفاه الآخر وعافيته وابتغاء الحسنى له؛ والآخر في الشعور بوجود قيمة تستحق الصون، وهو استجابة عاطفية لكرامة الحياة الإنسانية؛ فالحب يُشعر المرء بقيمة وجود من يُحب، وبأنَّه لا يُعوَّض بشيء. (أكرر مرة أخرى هنا التضاد الكانطي بين الكرامة والثمن المادي، الذي تناولناه في الفصل الرابع). ويمكن لهذينِ البُعديْنِ أن يتعارضا مع بعضهما. فلو أن شخصًا تحبه يقاسي المرض في قسم العناية التلطيفية دون أملٍ في شفائه، فقد لا يجني شيئًا من بقائه على قيد الحياة. والحال هذه، تظهر قوة مضادة تحاول التغلب عليها، وهي قوة التعلق العاطفي، حتى وإن سلَّمتَ بقدَرِه وتمنيتَ دنوّ أجله ليستريح من آلامه. ففي مستوًى ما، أنت لا تريد لنورِهِ أن ينطفئ، برغَم حلول ساعة رحيله. وعليه، فإن تقبُّل ما نُدرك أنه الأصلح ليس بالأمر اليسير.

هكذا يبدو لي على الأقل. (أقرّ أنه لا ينبغي الوثوق بالتعميم هنا، وربما أكثر من أي موضع آخر). وإن كان وصفي ينطبق عليك، فستكون قادرًا على الفصل بين شيئينِ: ابتغاء الخير لمن تحب، وابتغاء بقائهم على قيد الحياة. ولا داعي لأن تكون الرغبة الثانية أنانية، برغم وصفي لها بـ«التعلق»؛ وذلك لأن الرغبة في عدم فقدان أحد هي رغبةٌ في استمرار وجوده. عندما أفكِّر في موت ابني، وأرجو أن يكون بعد رحيلي بزمنٍ طويل، أخالُه رجلًا عجوزًا هرِمًا، أعياه التعب حتى خارت قواه. وما يؤلمني، وأنا أُكابد القلق من الفقد، ليس نهاية علاقتنا –لقد فات الأوان على ذلك- وإنما انقطاع إيلي عن الوجود. وهذه الرغبة الضمنية في دوام وجوده لا علاقة لها بتمني الخير له، وإنما هي تعبيرٌ صريحٌ عن الحب.

ثم يأتي حبُّ الذات. فعوضًا عن البدء من الداخل، عندما نواجه الموت بفقد عزيزٍ لدينا، فيكون فقده انعكاسًا لفنائنا، ينبغي التعاطي مع الموت من الخارج باتخاذ الفقد نموذجًا لما نشعر به. هنالك أكثر من مصدرٍ للحزن على حقيقة موتي. إنِّي أبتغي الخير لنفسي، وإن كان الخلود هو الخير المطلق، فلا مفر لي من الخذلان. بيدَ أني أملك رغبةً فطريةً أخرى في بقائي لا صلة لها بمنفعتي؛ فما يدفعني إلى التعلُّق بذاتي هو الوعي العميق بقيمة الكرامة التي أتشاركها مع كل روحٍ إنسانية.

المشكلة التي تواجهنا مع علاجنا الثاني، وعلَّته الأساسية، هي أنه يُخاطب رغبةً واحدة دون الأخرى. فإذا كان التوق للخلود مقترنًا بابتغاء الأمثل للذات، فهو أقرب ما يكون لتمني القوة الخارقة.

وهذه الرغبة معقولة، بطريقتها، ولكنها ليست سببًا معقولًا للشعور بالمرارة أو الأسى؛ وذلك أن التألُّم من استحالة تحقيق هذه الأمنية يُعد ضربًا من ضروب الجشع، لكنَّ كبح هذه الرغبة لا يكفي للتصالح مع الموت؛ حيث لا يزال هناك الوعي الفطري بالفرادة وتعذُّر الإبدال، الذي يجعل المرء يبتغي دوام بقائه مثلما يبتغيه لأحبائه. وليس ثمة تطرُّفٌ في النكوص فزعًا من الاندثار على إثر هذه الرغبة، بصرف النظر عمّا هو خيرٌ للمرء. لذا، مرةً أخرى، علاجنا هذا محدود، وفاعليته تعتمد على سبب نفورك من الموت، وما الذي يثير قلقك بشأنه: أهو الحرمان من المنافع أم الزوال المحض من الحياة؟

في الوقت ذاته، ثمة فائدة من رؤية موت الفرد منعكسًا في موت الآخرين، وفي تصوير الموت بالفقد والحرمان. فهذا ينبهنا إلى ملاءمة مطالبنا من الحياة مع النطاق البشري، وإلى التسليم بوجود طريقة لتقبل الموت، حتى وإن كان موت محبّيك، وحتى وإن كان المحبوب أنت، مهما كان ذلك مؤلمًا. قد يبدو ذلك مستحيلًا الآن، ولكن عند تجاوز وفاة أحد الوالدينِ أو الأصدقاء، ستتعلم كيف تكفُّ عن التعلُّق، مثلما سنُضطر يومًا إلى التخلي عن أنفسنا. ولو تمكنت من ذلك الآن، فهذا أفضل بكثير.

النهاية المريرة

من الصعب اختتام هذا الفصل. لقد كنتُ آمل، ولو من باب المصلحة الذاتية، تبيانَ أن الخوف من الموت نهجٌ خاطئ، وأن

الفلسفة ستداوي الأسى على حقيقة الفناء، ليس بالتحايل على الموت، وإنما بإيجاد بعض الاختلال في الرغبة العارمة بالحياة. بيدَ أن هذا الأمر لم يجرِ على هذا النحو؛ فعندما أستلقي على فراشي يقظًا أفكّر في آخِر لحظات حياتي، وآخِر نظرة، وآخِر لمسة، وآخِر نكهة، فأنا لا أرتكب خطأً منطقيًّا عندما يُذهل عقلي الفزع. ولن يفضي إلى تبديده أيّ إنكارٍ لهذا اليأس، ولا أي تباين مفاهيمي: «هذه طريقة خاصة للخوف، وما من حيلة لتبديده»[27] (فيليب لاركين تارة أخرى، الشاعر الذي أتى بفكرة المعاشرة الجنسية عام 1963).

ولكن الفلسفة ليست عديمة الجدوى. فعند التأمل في العدم السابق للميلاد، يظهر أن العدم السابق لوجودنا لا يختلف في حدِّ ذاته عن العدم اللاحق؛ وهذا يساعد أولئك الأقل عرضة للتحيز للمستقبل. بحيث يمكنهم أن ينظروا للموت على أنه انعكاسٌ محبِطٌ للهاوية السابقة ليس إلا. وأما تصوُّر الخلود على أنه قوة خارقة ومَلَكة متطرفة ومطلبٌ غير معقول، فإنه يساعد أولئك الذين يكون حبهم معطاءً، ويرجون الخير لأنفسهم ولغيرهم، والذين تُحزنهم هشاشة الحياة، فلا يندفعون كثيرًا للإبقاء على ما هو قيِّم. بوسع هؤلاء أن يدركوا تطرف الرغبة في العيش للأبد.

أعتقد أنه إذا كانت هذه الأساليب العلاجية تُثمر معك، فقد كنتَ سلفًا أقل تهيُّبًا من الموت، وأكثر تكيُّفًا معه مقارنةً بي وبلاركين، ما يجعلك في مأمنٍ من الذعر المؤرق. ولكني سأقترحها على أيّ حال؛

(27) Philip Larkin, "Aubade," *Collected Poems*, ed. Anthony Thwaite (London: Faber & Faber, 2003), 190- 91, 190.

فالطبيب الذي يكفُّ عن مداواة الآخرين إلى أن يداوي نفسه لهو طبيبٌ مقتِّرٌ. وهذه ليست النهاية؛ فحتى بالنسبة لي، ثمة بصيص أمل في فكرة تعدُّد أوجه الحب، وفي اختلاف التعلق عن الاهتمام. فأنا أرى أن ثمة سبيلًا للطف القائم على المحبة، وابتغاء الخير للآخرين دون أن نتعلق بهم إلى حدِّ العجز عن تركهم، وأنَّ ثمة وسيلةً لتقبُّل الفناء تقبلًا لا ينطوي على إنكار الحياة.

وهنا، على ما أظن، يلتقي إرث شيشرون ولوكريتيوس ومونتيني، في الفلسفة الغربية، مع فرعٍ من فروع الفكر البوذي. تبدأ البوذية بـ «الحقائق الأربع النبيلة»، غير أن إيجازها مضلِّلٌ. تأتي الحقائق الثلاث الأولى في عبارةٍ موجزة: الحياة معاناة، ومنبع المعاناة هو التعلُّق، والهدف هو إنهاؤها. والحقيقة النبيلة الرابعة هي عبارة عن «مسلك نبيل ذي ثماني شُعب»، الذي يتعارض في الواقع مع الحساب المبيَّن (كم توجد في الواقع من حقيقة نبيلة؟ إحدى عشرة أم أكثر؟ إن كان يتضح أن بعضًا من الثماني هي أكثر من واحدة) كما يتعارض مع التراخي من ناحية أخرى، لتعذُّر استيعابه بالعقل وحده؛ فهو يستلزم المداومة على تطهير النفس من خلال التأمل الواعي. وهذه هي الخصيصة التي يُخفق فيها العلاج المعرفي؛ إذ يمكنك أن تتعلم كيف تعيش دون تعلُّق، ولكن ليس من خلال قراءة كتابٍ ما.

ولكن، على عكس بعض البوذيين، لا أعتقد أن التعلُّق يرتكز إلزَامًا على التملُّك. فأنا لا أرى أن الحزن الذي يعتريني عندما أفكِّر في موت إيلي يتعلق بي حقًّا؛ إنما هو استجابة واضحة للقيمة التي

أراها فيه، وليس خطأً أخلاقيًّا. وفي كل الأحوال، ثمة نظرة متعقلة في الزعم أنَّ التعلُّق ليس لازمًا، وأن الحب ممكنٌ بدونه. هناك ضوء بين ظُلمتينِ: ظلمة اتقاء الحب، وظلمة البلاء المحتوم؛ وهنا حيث ينبغي أن ندير دفة سفينتنا.

والسؤال هو كيف؟ وهنا، أيضًا، نجد جوابًا في الفكر البوذي، رغم اتساع طموحه وغموض تأثيره. وفي الفصل الأخير من هذا الكتاب، سألتمس الطريق إلى المفاهيم البوذية للتأمل الواعي من خلال التقاءٍ آخَرَ بين الشرق والغرب، يُمثله تيارٌ في الفكر الغربي يندمج مع المسلك ذي الثماني شعب، برغم اختلاط التيارات وعكورة المياه. وسوف أبعثُ حياةً جديدة في شعار المساعدة الذاتية المبتذل: «عِش في الحاضر». وسأرسم مسارًا يعبُر أعماق أزمة منتصَف العمر التي أعيشها. كما سأُقدِم على إبداء ملاحظات حول طُعم الخيانة، والتقاعد المبكر، والسيارة الرياضية اللامعة. وإن كان هذا هو ما تتعطش إليه، فوقت الانتظار يوشك على الانتهاء.

6

العيش في الحاضر

أقف في مكتبي في معهد ماساتشوستس للتقنية، مُحدِّقًا في شاشة حاسوبي وذراعاي متقاطعتان، أراقب وميض المؤشر على عنوان «العيش في الحاضر» والتردد يملؤني. هل يلزمني كتابة هذا الفصل؟

بالطبع يلزمني ذلك. لقد عكفتُ على تأليف هذا الكتاب لأشهر، وقضيت سنواتٍ أُفكِّر بشأنه، وأودُّ إنهاء كتابته. ولكن لأصدقكم القول، يخيفني التفكيرُ بهذا الأمر. فحينما أطرح هذا السؤال على نفسي «افترضْ أن الكتاب قد اكتمل، وجرَت أعمال المراجعة والتحرير على النص المكتوب، وأُعيدت نماذج ما قبل الطباعة: هل سيغمرك هذا بهجةً وسرورًا؟»، يُجيبني صوتٌ داخلي بـ «لا»! صريحة لا يمكن كبتها. وفي أفضل الأحوال، ستكون مشاعري متضاربة؛ إذ إني سأكون سعيدًا، بعد إنهاء الكتاب، لقيامي بعملٍ هو في ظني قيِّم، بيدَ أن هذا سيُحتِّم عليّ توديع مشروعٍ كان يعني لي الكثير؛ ومن شأن هذا أن يُخلِّف فراغًا في حياتي.

وبحسب خبرتي، سرعان ما سيُملأ الفراغ تمامًا؛ حيث سيكون هناك مشروعٌ آخر، إمّا تدريس صف أو قراءة كتاب أو كتابة مقال. سأواصل المسير، غير أن حركتي ستكون أشبه بالدوران في حلقةٍ

مفرغة. فالحياة عبارة عن سلسلة من المشاريع، يُقصى كل واحدٍ منها بعد الفراغ منه، وأعدادها تتزايد ببطء. فما يحمله المستقبل ليس إلا مزيدًا من الإنجازات والإخفاقات التي سيتشكّلُ منها الماضي، ولن يختلف عن الحياة التي عشتها سابقًا إلا في مسألة الكم، إذ إنَّ الأمر لا يعدو كونه تراكمًا للأعمال.

والأمر لا يقتصر على العمل؛ فلدينا محطات الحياة الشخصية المهمّة المُتعارف عليها: القبلة الأولى، الصديقة الأولى، فقدان عذريتي، الخطوبة، الزواج، إنجاب الأبناء، مساعدتهم على تخطي مرحلة لبس الحفاض، ومرحلة الثانوية، والجامعة، ومن ثم دفعهم إلى الاستقلال بحياتهم؛ وهي ما يصفها الكوميدي ستيوارت لي بـ«السعادة الإنسانية الخالصة واللامتناهية»[1]. تحظى هذه المنجزات بأهميةٍ كبيرةٍ لديّ، ولكن كل منجزٍ منها ينطوي على سعادة مشوبة بالألم؛ فنحن نتحرّق لها، ونسعى لها، وننجزها في النهاية على نحوٍ مخيبٍ للآمال. ها نحن انتهينا منها، فماذا الآن؟

إن الشعور بالتّكرار والعبث والخواء الناتج عن الرغبة المُشبعة لا يراودني وحدي، فلربما راودك هذا الشعور أيضًا، وأنت غارقٌ في مساعي منتصَف العمر، واحدًا تلو الآخر، متسائلًا: ما التالي؟ إننا ضحايا نموذجيون لأزمة منتصَف العمر، حينما نكافح لتحقيق ما نظن أنه ذو قيمة، وننجح في مساعينا نجاحًا مُرضِيًا، ولكننا مع ذلك لا نشعر بالرضا والإشباع.

---

(1) Stewart Lee, "Shilbottle," *Stewart Lee's Comedy Vehicle*, series 3, episode 1, directed by Tim Kirkby, aired March 1, 2014, (London: Awkward Films, 2014), DVD.

وعلى الرغم من تماثل هذه الحالة مع حالة ميل، فإنّ بلائي لا يستجيب للعلاج المقترح في الفصل الثاني. لأن المشكلة لا تكمُن في أن التأليف أو التدريس لا ينطويانِ إلا على قيمة تحسينية، كصراع ميل مع الإصلاح الاجتماعي الذي يهدف إلى الحد من المعاناة الإنسانية؛ حيث إنَّ المسعى الفلسفي يذهب إلى أبعد من هذا بفضل قيمته الوجودية، بِغضِّ النظر عن فائدته في حل المشكلات وتلبية الاحتياجات التي سنكون في حالٍ أفضل دونها (هذا ما أعتقده، على الأقل، رغم أن هذا الاعتقاد ليس فريدًا في هذا الصدد).

كما أن المشكلة لا تتعلق بالفوات (الفصل الثالث) أو المنحى الخاطئ (الفصل الرابع)، وهما وجهانِ للرغبة غير المشبعة؛ لأن نيل المراد هو مكمن الإشكال هنا وليس الإخفاق والخيبة. فالمعضلة إذن أن النجاح قد يبدو كما الإخفاق. وهذا الارتياب من وجود شيءٍ أجوف في تسلسل المنجزات وتتالي الفصول في كتاب الحياة لا يكبته التطلُّع للخلود، مهما كان لذلك علاقة مع مواجهة الموت -يوجد ارتباط عميق في حالتي- فأيًّا ما كانت المشكلة في السعي لهدفٍ قيِّم تلو آخر، فإنها لن تُعالَج بإطالة ذلك السعي إلى الأبد.

إننا ننبري لأزمةٍ أعمق من أيّ أزمةٍ أخرى واجهناها حتى الآن، ولكن لا تيأس؛ سأستنبطُ تفسيرًا لمشكلتي الذي يمثِّلُ كذلك حلًّا لها، بتأثيرٍ من الفيلسوف المتعنِّت، وأنا أضع نفسي على أريكة المُعالج. لقد كان الجواب داخلي طيلة الوقت، وقد عبَّر عنه آرثر شوبنهاور، المتشائم الأشهَر في تاريخ الفلسفة الغربية، والناقد الصارم لمسألة حصول المرء على مبتغاه.

ما أدركَهُ شوبنهاور

وُلد شوبنهاور في دانزيغ - غدانسك حاليًا، في بولندا، عام 1788، وكان والدهُ تاجرًا وروائيًّا معروفًا. وحينما بلغ الخمسة عشر ربيعًا، وافق شوبنهاور كُرهًا على التخلّي عن طموحاته العلمية وتولّي تجارة العائلة، مقابل مرافقة والديه في جولة أوروبية ساحرة[2]. وقد كان هذا قرارًا بائسًا على نحوٍ غير معقول. ففي صيف 1803، شهد آرثر إعداماتٍ في لندن، ورأى الخوف والفزع في وجوه الرجال المدانين، وزار السجون العامة في فرنسا، حيث يُعرض المجرمون كما الحيوانات في حدائق الحيوان. وبعد سنوات، قارَن تجربته بمواجهة بوذا المركّبة مع المرض والهرم والألم والموت. فما تبدَّى أمامه طبع في ذهنه صورةً لا تُمحى لبؤس الحياة الإنسانية[3]. وجملة القول، ما تلقّاه آرثر مكافأةً على إذعانه كانت أسوأ عُطلة عائلية على الإطلاق.

ظلت الأمور مثلما هي عليه دون تحسين. فبعد عامَيْنِ، مات والده غرقًا في قناةٍ مائية بعد سقوطه من مستودعٍ علويٍّ، في حالةِ انتحارٍ مشتبه فيها[4]. التزم شوبنهاور بوعده في إدارة تجارة العائلة، وقد ظلّ يكدح لعامين قبل أن يعود إلى دراسته، فكان مجبرًا على الانتقال من غوتا إلى غوتينغن ومنها إلى برلين ثم إلى يينا قبل أن يحصل أخيرًا على درجة الدكتوراة عام 1813. ولم تلقَ أطروحته (الجذر الرباعي لمبدأ العلة الكافية) قبولًا لدى أمِّه، جوانا، التي نبذتها واصفةً إياها

(2) David E. Cartwright, *Schopenhauer: A Biography* (Cambridge: Cambridge University Press, 2010), 32– 33.

(3) Cartwright, *Schopenhauer*, 78.

(4) Cartwright, *Schopenhauer*, 88.

بأنها غير صالحة للقراءة، وأنها «كُتبت للصيادلة» ولن يشتريها أحد[5]. ولم يهدأ التوتر بينهما؛ حيث انتقل آرثر إلى درسدن عام 1814، ولم تلتقِ عيناه عينيْها مذّاك قط.

وفي درسدن كتبَ شوبنهاور رائعته «العالَم إرادةً وتمثّلًا» (The World As Will And Representation) ولكنها مع الأسف لم تُعدُّ كذلك من ساعتها. فعندما عُيِّن في جامعة برلين، جدوَل آرثر محاضراته مع محاضرات جورج فيلهلم فريدريش هيغل، الفيلسوف الأشهَر ذلك الحين. لقد كان الأمر أشبه بجدولة حلقةٍ تجريبيةٍ مع مباراة السوبر بول، ولم يأتِ أحد كما كان متوقعًا؛ فغادر آرثر برلين ذليلًا عام 1822. ولم يحقق قدرًا من الشهرة إلا في أواخر حياته نظير مقالاتٍ وتأملاتٍ نُشرَت عام 1851 باسم «حواشٍ وبواقٍ» (Parerga and Paralipomena). ووافته المنية بعد تسع سنوات في عمر الثانية والسبعين، وهو مستلقٍ على الأريكة في شقته.

قد لا تستغرب ارتياب شوبنهاور من الرغبة، غير أن موقفه حادٌّ على نحوٍ مُستغرَب؛ ليس من حيث إن الرغبات تُحبَط غالبًا، بل من حيث أنها تخلُق مُعضلةً لا تُحلُّ بإشباعها. هبْ أنك نلتَ ما تريد، وأن رغبتك أُشبِعت أخيرًا. من المفترض أن تكون سعيدًا، ولكنك عوضًا عن ذلك تشعر بالتيه والاكتئاب، لأنك وصلت إلى مسعاك وليس ثمة ما يُمكن فعله. إن الحياة تتطلب وجهةً يُسعى لها؛ رغبات أو أهداف أو مشاريع لم تُنجز بعد، بيدَ أن هذا مُهلكٌ أيضًا؛ لأن

(5) Cartwright, *Schopenhauer*, 236.

الرغبة فيما لا تملك ضربٌ من المعاناة، حسبما يكتب شوبنهاور في كتابه «العالَم إرادةً وتمثلًا»:

«إن أساس كل إرادة حاجةٌ ونقصٌ، ومن ثم ألم. فعليه، يصبح الألم محتومًا على «الإنسان» بطبيعته وأصله. وما إن يفتقر إلى موضوعات الإرادة، حينما تُسلب منه بفعل أي إشباعٍ يسيرٍ، حتى يسقط في فراغٍ رهيب ويتملّكه الضجر؛ فيغدو وجوده وكينونته عبئًا لا يطاق. وهكذا، يتأرجح كالبندول جيئة وذهابًا بين الألم والسأم. وهذان، في الواقع، هما المكوِّنانِ الأساسيانِ له»[6].

هذه هي معضلة شوبنهاور: إمّا أن إرادتك لها موضوعات وإمّا لا، أي إمّا أنك تريد أشياءَ وإمّا لا. وإن كنت لا ترغب في شيء، فأنت بلا هدف وحياتك خاوية، وهذه هي هاوية الملل. ولكن إن كنت تملك رغبات، فينبغي أن تكون موجهةً نحو محصلاتٍ لم تُبلغ بعد. وهذه تُشكل الغايات من المسعى الذي تسعى إليه، ومن الأنشطة التي تشغل حياتك. ولكن من المؤلم أن ترغب فيما لا تملك، وستكون قد جلبتَ البؤس على نفسك حينما تدرأ الملل بالبحث عمّا تُشغل به ذاتك.

لا عجب أن الطلبة لم يتوافدوا على محاضرات شوبنهاور. فلقد كان على النقيض من أي محاضرٍ تحفيزي، بتصوُّره البائس عن الحياة الإنسانية. صحيحٌ أن الحياة بلا هدف هي حياةٌ فارغة، إن

(6) . Arthur Schopenhauer, *The World as Will and Representation, Volume I*, trans. E. F. J. Payne (New York: Dover, 1969), 312.

احتُسبت حياةً بأيّ حال؛ فنحن بحاجة إلى أمورٍ تشغلنا، وإلى إيجاد أخرى بعد الفراغ منها. ولكنّ السعي خلف الأهداف لا يُعد عذابًا خالصًا، ولا ينبغي على الأقل أن يكون كذلك؛ حيث إن رغبتي في كتابة هذا الكتاب تُفضي بي إلى اتخاذ نظرةٍ إيجابية عن المستقبل الذي سيكون مكتوبًا فيه، وأخرى سلبية عن الحاضر الذي لن يكون فيه كذلك، وأعني بذلك المسودة غير المكتملة القابعة في القرص الصلب الخاص بحاسوبي. وهذه السلبية مؤلمة في نظر شوبنهاور. وقد نزعم، في الواقع، أنها ليست بذلك السوء. حيث إن موقفي من الأمر لا يعدو كونه رغبةً جادّة وليس تلهُّفًا أو تحرُّقًا موجعًا. ووصف ذلك بـ«المعاناة» يعطي تصوُّرًا مضللًا عن شدة التأثير الوجداني الناتج عن الرغبة غير المُشبعة. حُلَّت المعضلة!

غير أن شوبنهاور كان يُدرك شيئًا ما؛ حيث ثمة نظرة متبصرة في تفسيره الساخر لعلاقتنا مع الرغبة. لننظر للأمر من هذا الجانب؛ إن ما يعطي الحياة مغزًى هو امتلاك الأهداف. وعند السعي لتحقيقها، إمّا أن يفشل المرء (وهذا سيئ)، وإمّا أن ينجح في إتمامها مسدلًا الستار عليها. وإن كان ما يهمُّك هو الإنجاز، لنقل مثلًا الحصول على ترقية، أو إنجاب طفل، أو تأليف كتاب، أو إنقاذ روح، فقد يكون إتمام المشروع أمرًا ذا قيمة، ولكنه يعني أن المشروع لن يوجِّهك بعد الآن. بالتأكيد لديك أهدافٌ أخرى، وسيكون في وسعك صياغة أخرى جديدة. فالخطر لا يكمن في نفاد الأهداف، كابوس الضجر العقيم الذي وصفه شوبنهاور؛ بل في أن ارتباطك بالقيمة يُلغي ذاته. بمعنى أن علاقتك بالأهداف بالغة الأهمية لديك تتمثل في محاولة تحقيقها ومن ثم نفيها من حياتك، فتكون أيامك مكرَّسة

لإنهاء الأنشطة التي تمنحها معنًى، واحدًا تلو الآخر. وكونك لا تقدر على شطبها كلها ليس عزاءً كافيًا، وكذلك الشعور بالرضا، لبعض الوقت، بعد الانتهاء من كل مُنجزٍ؛ لأن علاقتك بالقيم التي تُشكِّل حياتك لا تنفك تقاوم ذاتها. فمن خلال الارتباط بها بأسلوب السعي للهدف وإتمامه، أنت تهدف إلى مآلاتٍ تحول دون إمكانية تحقيق مثل تلك الرابطة. فعند السعي لبلوغ هدفٍ ما، أنت تسعى لاستنفاد تفاعلك مع شيءٍ قيّم، كما لو أنك تسعى لتكوين صداقات من أجل محوها. وهذه العبثية الهيكلية هي ما نتعلمها من شوبنهاور، حتى وإن جانَب الصواب في مسألة الألم الناتج عن الرغبة.

وعلى غرار الأسلوب المُتبع في الفصول السابقة، سوف نواصل السير في طريق التقدُّم الروحي من خلال الألفاظ المبتكرة. لنبدأ بالأنشطة التي تُشكِّل حياتك: الحصول على عمل، كتابة التقارير، العودة للمنزل من العمل، الاستماع إلى الموسيقى، التنزّه مشيًا بالجوار. يُمكننا القول، باستعارة بعض الألفاظ من علوم اللسانيات: إن بعض الأنشطة «انتهائية» (telic) أو «محدودة»، أي إنها تهدف لحالات نهائية تُختتم عندها ومن ثم تُستنفد[7]. (تأتي مفردة «telic» من المفردة اليونانية «telos» وتعني «النهاية»، وهي مشتقة من كلمة «teleology» «الغائية»). ويُعدُّ نشاط العودة للمنزل نشاطًا انتهائيًا، حيث ينتهي بمجرد الوصول للمنزل، وكذلك مشاريع مثل الزواج أو تأليف كتاب؛ فهي أمور يُمكن إتمامها. وهناك أنشطة أخرى «غير انتهائية» «atelic» (غير محدودة)، وهي

(7) Bernard Comrie, *Aspect* (Cambridge: Cambridge University Press, 1976), §2.2.

التي لا تهدف للوصول إلى نقطة نهاية أو نفاد، أو حالة نهائية تكون قد أُنجزت فيها. فمثلما يمكن التنزُّه من نقطة «أ» إلى نقطة «ب»، يمكن التنزُّه أيضًا بلا وجهة معينة، وهذا نشاطٌ غير انتهائي. ومثله الاستماع إلى الموسيقى، أو الخروج مع الأصدقاء أو العائلة، أو التفكير بشأن منتصَف العمر. بمقدورك التوقف عن فعل هذه الأمور، وهذا ما ستفعله في آخر الأمر؛ ولكن لا يمكنك إكمالها؛ لأنها بلا حد ولا تؤول إلى محصلة يستنفدُها بلوغها ويُنهيها بالنتيجة.

أتى أرسطو بالتمييز نفسه في كتابه الميتافيزيقيا (Metaphysics). فحسبما يرى، يوجد ضربان من «العمل»: «praxis» أو الممارسة؛ فبعض الممارسات تكون «غير مكتملة/ناقصة» كالتعلم أو البناء؛ حيث «لا يمكنك أن تتعلم وتكون قد تعلمت وأنت في حال التعلُّم»، وهناك «ضربٌ من النشاط يستقرُّ تمامَه فيه» (أي غايته)، كالإبصار، أو الفهم، أو التفكير[8]. ويسمّي أرسطو النشاط من النوع الأول «حركة» (kinêsis)، وهو في جوهره انتهائي، حيث يسعى إلى تمامِه ببلوغ غايته. والخلاصة هي، بكلمات ملائمة للفيلسوف آريه كوزمان: «إن وجوده مُدمِّرٌ لذاته، لأن عموم غايته وهدفه هو إلغاء ذاته»[9].

هذه هي مشكلة الاستنزاف بالخطط والهوس بإتمام الأمور. بحيث لو كانت مصادر المعنى في حياتك انتهائية على نحوٍ بالغٍ أيًّا ما كانت قيمتها، نهائية أم وجودية أم تحسينية، فإنها تكون مخططاتٍ

---

(8) Aristotle, *Metaphysics* 9.6, 1048b18– 34, as translated in Aryeh Kosman, *The Activity of Being* (Cambridge: Harvard University Press, 2013), 40.

(9) Kosman, *Activity of Being*, 67.

لا يعني لها النجاح شيئًا إلا بانقطاعها أو انقضائها. يبدو الأمر كما لو أنك تسعى جاهدًا لطمس المعنى من حياتك، ولا يُبقيه فيها سوى وفرة مصادره أو استمرارك في اكتشاف المزيد منها. وهذا ما أدركه شوبنهاور؛ بحيث إذا ركَّز المرء على الأنشطة الانتهائية، فإن مساعيه تنقلب ضدَّه؛ لأن حافزه «ينبع من النقص، والعوز»، إن لم يكن من الألم؛ العوز الذي يكمن في بعدِه عن الحالة النهائية التي يتطلع إليها[10]. وبتحقيق ذلك الهدف، فإنَّه يُنهي نشاطًا أعطى حياته قيمة.

إن محرِّك التدمير الذاتي هذا هو ما يُعزِّز أزمة منتصَف العمر التي أعيشها، وربما جزء من أزمتك. لقد أنفقتُ أربعة عقود من حياتي في اكتساب النزعة والاستعداد لما هو انتهائي، لإنجاز أمرٍ ما والسعي لما هو أكبر منه، للنجاح الشخصي والمهني، وبعد كلِّ هذا يتملَّكني شعورٌ داخليٌّ بالخواء. فالإنجاز يكمن دائمًا في المستقبل أو الماضي، وهذه ليست طريقة ملائمة للعيش.

سوف يسأل المؤرخون الاجتماعيون كيف تطوَّرت أيديولوجية النجاح والكفاح بمرور الوقت، وكيف أنها محلية تاريخيًا وجغرافيًا، وكيف تتصل بـ«الأخلاق البروتستانتية وروح الرأسمالية» (كما جاء في الكتاب البارز الصادر عام 1905 للعالم الاجتماعي ماكس فيبر)[11]. ولكننا سنسأل، بدلًا من ذلك، عن الكيفية التي ترتبط بها تلك الأيديولوجية بمنتصف العمر. من حيث المبدأ، يُمكن لأي

(10) Schopenhauer, *World as Will and Representation, VolumeI*, 196.

(11) Max Weber, *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism* (London: Penguin, 2002).

شخص أن يشعر بالفراغ في قلب التوجه الانتهائي. فقد يصاب أعجوبةٌ مثل ستيوارت ميل بأزمته سلفًا، غير أن اعتماد الفرد على الأنشطة الانتهائية يكون أكثر عرضةً للظهور في منتصَف العمر؛ حيث إن الأهداف التي طال السعي لتحقيقها تكون قد تحققت أو بات ذلك متعذرًا. فإمّا أنك تحظى بالوظيفة التي سعيتَ للحصول عليها لسنواتٍ كثيرة، وبالشريك الذي تمنيت العثور عليه، وبالعائلة التي اعتزمت تكوينها، وإمّا غير ذلك. وحتى هذه المرحلة، ربما لم تكن تملك سببًا للتفكير في نضوب طموحاتك أو إلى أي مدى بُنيَت حياتك حولها، غير أن الأمر بات واضحًا الآن؛ إذ يُمكنك الشعور، وبشكلٍ غامضٍ ربما، بنزعة التدمير الذاتي التي تسود روحك، وهذا تمامًا ما أعيشه.

ومن هذه النقطة، تتشعب المسارات. فلو أنَّ أزمتك حادّة، فإنك سترى شدخًا في قصة الحياة، حينما تتداعى الأشياءُ من حولك. في رواية ريتشيل كوسك المحيِّرة (Outline)، تسافر كاتبة بارعة إلى أثينا للعمل في التدريس خلال فصل الصيف. ويجتذب تكتمها الدؤوب على حياتها الخاصة اعترافاتٍ من الآخرين. فهنا صديقها، بانيوتيس، يروي قصة طلاقه:

«لقد أدركَ الآن أن أساس ازدهار زواجه كان يكمُن دائمًا في العمل، وفي امتلاك المنازل، والمقتنيات، والسيارات، والسعي نحو وضعٍ اجتماعيٍّ أرفع، ودائرة أصدقاءَ أوسع، ومزيدٍ من السفر. وحتى إنجاب الأبناء بدا كأنه محطة توقف إلزامية في الرحلةِ المجنونة؛ واستوعب توًّا أنه حالما انعدمت الأهداف التي يسعى لتحقيقها أو

المراحل التي يمرُّ بها، ولم يعد هناك ما يمكن إضافته أو تحسينه، كان محتومًا أن تبدو الرحلة كأنها قد أنهت مسارها، وأنه هو وزوجته سينتابهما شعورٌ قويٌّ بالخيبة وانعدام الجدوى، وشيءٌ من الاعتلال، الذي لم يكن حقًّا إلا شعورًا بالسكون بعد حياةٍ زاخرة بالحركة، مثلما يحصل للبحارة عندما يمشون بأقدامهم على اليابسة بعد زمنٍ طويلٍ قضوه في عرض البحر. ولكنَّه كان يعني لكليهما أنهما لم يعودا متحابينِ كسابق عهدهما».[12]

ما حصل لبانيوتس أنه وقع في هاوية شوبنهاور بفعل العقلية الانتهائية، واستثماره للمعنى في المشاريع قبل كل شيء، وتعرُّضه للاستنزاف على نحوٍ متزايد. لم يتبق له شيء لفعله في علاقته مع زوجته، فآلت بعدئذٍ إلى النهاية، مثلما تنتهي رحلة البحث عن الكنز بعد اكتشاف آخر مفاتيحه. لقد كان الخطأ حاضرًا منذ البداية، ونراه كامنًا في الانتقال من مرحلة «أ» إلى مرحلة «ب»، بيدَ أن الحب ليس مشروعًا ليُنهى.

واردٌ أن تفشل العلاقة، أو يذبل الحب ويضعف؛ ولن تُغيِّر الفلسفةُ هذا الحال. ولكن إذا كان منبع خيبتك من الحب هو التوجه الانتهائي الذي يفضي بك إلى الشعور بنضوبه وانطفائه، فلن يُجدي معك الشروع في علاقة غرامية جديدة. اسأل نفسك هذا السؤال: هل أرغب في أن أكون مع شخص آخر؟ أم أني أتوق إلى الغواية وإلى الإثارة الانتهائية التي تكتنف معاودة الوقوع في الحب أو معِاشرة شخص ما ليس إلا؟ لن أقول إنك لن تستمتع بهذا، جائزٌ

(12) Rachel Cusk, *Outline* (London: Vintage, 2015), 99- 100.

أنك ستفعل؛ ولكنه سيُستنزف كذلك. فالعلاقة الغرامية ستنتهي، إن عوملت بوصفها مشروعًا، وستعود من حيث بدأت: عند حدِّ الرغبة. تأمَّل في حال الكونت فونسكي وهو يحاول إغواء آنا كارنينا «سرعان ما أدرك أن بلوغ مرامه أعطاه ذرةً واحدةً من جبل النعيم الذي تطلَّع إليه. لقد أبان له هذا البلوغ الخطأَ الأبدي الذي يقترفه الرجال بظنِّهم أن السعادة تتوقف على إشباع رغباتهم»[13].

وهذه العلاقة الغرامية المبنية على تصوُّرٍ خاطئٍ تُجسِّد لبسًا أكثر عمومية. هبْ أنك، على شاكلتي، متطلعٌ باستمرار إلى المستقبل، وتنساق إلى المشاريع والمخططات. ووسط ضجيج العمل، تسمعُ دَقّة الإتمام والتذمُّر المكتومة، التي تُشكل تصوُّرًا أوليًّا عن الهزيمة الذاتية. هنالك خللٌ ما، ولكنك تعجز عن إدراكه. من اليسير إلقاء اللوم على قراراتك: العلاقة غير الموفقة، والوظيفة غير المناسبة؛ وهكذا تهجر شريكك، وتُبدِّل وظيفتك. وقد توجد أسبابٌ وجيهة لفعل لذلك، بيدَ أنَّ هذا السبب ليس واحدًا منها. فهذا التصوُّر ليس إلا استجابة مشوَّشة لأزمة منتصَف العمر؛ لأنك عندما تشعر بوجود خللٍ في مشاريعك، فإنك تعزوه إلى أهدافها المحددة، وليس إلى تركيزك التام على الهدف، وسعيك إلى البدء من الجديد. وما دام البدء من جديد يعني تبنِّي أهدافٍ جديدة، فإنه سيصرفك عن الخلل البنيوي في حياتك على أكثر تقدير. والاستمرار في الانشغال يُعد مصدرًا قويًّا للإلهاء، ولكنه يداوي العرَض دون العلّة.

(13) Leo Tolstoy, *Anna Karenina*, trans. Louis and Aylmer Maude (Oxford: Oxford University Press, 1998), 462.

هكذا أشخِّص أزمة منتصَف العمر التي أعيشها. إنها تتصل في جزءٍ منها بالندم والفوات والخوف من الموت، ولكنها في الأساس استجابةٌ للتدمير الذاتي الذي تتسم به الحياة المرتكزة على المشاريع. وألمي هذا مزمن، ولكنه ساكنٌ تُخفيه دوامة العمل: المزيد من الأوراق التي تحتاج إلى تصحيح، والاجتماعات التي تتطلب تنظيمًا، والكتب التي يُعتزم قراءتها. وهذا لا يعني أنني لا أجد متعةً في ممارسة ما لا يفضي إلى إنجاز شيءٍ يُذكر، كالتنزه بالجوار أو قضاء الوقت مع الأصدقاء؛ ولكن جذور المعنى في حياتي هي في الأساس انتهائية، بمعنى أنها تهدف إلى الوصول لحالات نهائية. وأنا هنا لا أختلف عن بانيوتيس؛ فبرغم أن حالتي أقل تطرفًا من حالته، فإن أصلهما واحد، وهو الهوس البائس بالتوجه الانتهائي. وهذا ما يُفسِّر شعوري بالخواء والتكرار وانعدام الجدوى عند حصولي على مُرادي.

لا يسعني أن أعرف إلى أي مدى تنطبق حالتي عليك، وإلى أي مدى يبلغ هوسك بجاذبية ما هو انتهائي؛ ولكنني على يقين أنني لست وحدي في هذا الأمر. والخبر السار هو أن المشكلة التي نواجهها قابلة للحل، نظريًّا وعمليًّا على حدٍّ سواء، إن خرجتُ من منطقة الراحة الفلسفية التي أدور في محيطها. وإن كنتُ مصيبًا في هذا، وأنت تشاطرني علَّتي، فبإمكان هذا الكتاب تغيير حياتك.

ما لم يدركه شوبنهاور

الحبُّ ليس مشروعًا، ولكن غيره من الأمور الأخرى تُعدُّ كذلك، وبَعضها بلا شك على قدرٍ من الأهمية. فسيكون من الفجاجة والاستخفاف إنكار القيمة التحسينية لعلاج الأمراض أو وقف

الحروب. وسيكون من السطحية إنكار القيمة الوجودية للفن الممثل في قراءة رواية أو رسم لوحة أو غناء أغنية. وهذه كلها أنشطة انتهائية، كما أن جُلَّها ممارساتٌ قيِّمة، ولا ينبغي لنا الزعم بما يخالف ذلك، كما لا يجدر بنا الشك بأن لها قيمة نهائية؛ فهي ليست محض وسائل لغاياتٍ أخرى.

هل هذا يعني أننا عالِقون في العقلية الانتهائية؟ لا، برغم سيطرتها القوية على الفلسفة. لقد كافح المفكرون المعاصرون لإيجاد أي بديل للحياة المرتكزة على المشاريع. ففي مقالٍ نافذ، نجد أن بيرنارد ويليامز، الفيلسوف الذي أضجره الخلود في الفصل الخامس، يتخذ بوضوح منحًى انتهائيًّا: «إن لدى الفرد مجموعة من الرغبات، والاهتمامات، أو كما أسميها، مشاريع تُساعد على تشكيل الشخصية»، وهذه «المشاريع الأساسية «تمدُّ» الفرد بالقوة الدافعة التي تدفعه نحو المستقبل وتمنحه سببًا للعيش»[14]. إن اختيار المصطلحات هنا مُتعمَّد ومقصود. ولكن ليست كل الاهتمامات مشاريع، مثلما تعلمنا من بانيوتيس؛ فهنالك فرق بين محبة شخص ومحبة ما يمكن فعله معه. وإن كانت المشاريع وحدها ما يمنحنا سببًا للعيش، كما يزعم ويليامز، فما وصفته بأزمة منتصَف العمر هي ببساطة الحالة الإنسانية.

غير أن ويليامز مخطئ؛ فأنت لست ما تُخطط لإنجازه، ولا حاجة لأن تكون الأنشطة التي تحبها مشاريع؛ لأن الأنشطة غير الانتهائية،

(14) Bernard Williams, "Persons, Character, and Morality," *Moral Luck* (Cambridge: Cambridge University Press, 1981), 1-19, 5, 7.

التي لا تهدف للوصول إلى حالات نهائية، لها قيمةٌ كذلك. ثمة لذة في الخروج للمشي لغرض التجوُّل أو التنزه، لا بهدف الوصول لوجهةٍ ما، وإنما لأجل المشي في ذاته. فالمشي نشاطٌ غير انتهائي؛ لأنه، على عكس المشي للمنزل، لا يهدف إلى بلوغ تمامِه بحيث يصل إلى مرحلة لا يوجد فيها شيئًا يُفعل.

قد يتراءى لك أنني أتعاطى مع القلق الذي ينتابك من أزمة منتصَف العمر على نحوٍ ضعيف حينما أنصحك بالتنزه. فمع أنه لن يضرّك على الأرجح، لكنّه لا يُمثِّل البصيرة التي كنت تنشدها. إذ لا يمكنك أن تبني حياتك حول المشي، مثلما قد تبنيها حول مسيرتك المهنية وعلاقاتك وأبنائك. بيدَ أن الأنشطة غير الانتهائية تتسق مع كل مشروعٍ من المشاريع التي تُشكِّل حياتك. خذ تأليفي لهذا الكتاب مثالًا. فمن خلال ممارستي لهذا النشاط، أنا أكتب عن الفلسفة وأفكِّر بشأنها، وهذا نشاط غير انتهائي. وهو في رأيي نشاطٌ مهم في حدِّ ذاته، لا من جانب إتمام الكتاب فحسب. فلو أن مشروع تأليف الكتاب يُعطي لحياتي معنًى، لِمَ لا ينطبق هذا على ممارسة النشاط الفلسفي الذي لا يخضع إلى مشروعٍ وليس ثمة نهاية يصل إليها؟ وعليه، إن كانت مشكلتي هي الاستثمار المُفرط في الأنشطة الانتهائية، فالحل هو أن أُحب نظيراتها غير الانتهائية، وأن أجد المعنى في العملية لا في المشروع. وإن كانت مشكلتك تماثل مشكلتي، فسيجدي معك هذا الحل.

إنَّ الأنشطة غير الانتهائية لا تُستنفد كونها لا تهدف للوصول إلى حالات نهائية؛ فانكبابك عليها لا يلغيها ولا يُهدد وجودها، مثلما

يفعل الانكباب على المشاريع؛ وبهذا فإن صفة التدمير الذاتي لا تنطبق عليها. وهذه الاستمرارية لها وجهٌ آخر، وقد عبَّر عنه أرسطو عندما وصف «الحركة أو العملية» (kinêsis) بأنها «غير تامّة»، ودلّ على «تمامية» النظر، والفهم، والتفكير: «فأنت تُبصر وتكون قد أبصرت، وتفهم وتكون قد فهمت، وتفكر وتكون قد فكَّرت»[15]. بمعنى أن الأنشطة غير الانتهائية تُنجَز بالتمام في الحاضر، وليست موجهة لمستقبلٍ تكون فيه ضمن الماضي. فإذا أردت الذهاب للمنزل مشيًا ولم تصل بعد، فإن نشاطك هذا غير تام، وسيُتَمم لاحقًا. وعندما تصل، فإن النشاط ينتهي برمته. في المقابل، إذا كنت تقدِّر التنزه مشيًا، فإنك ستحصل على ما تريد بالتجول في المتنزه، ولا يوجد ما يزيد على التنزه الذي تمارسه في هذه اللحظة. فأنت لست على الطريق لتحقيق هدفٍ ما، بل إنك تعيش ذلك الهدف.

هكذا يكون الأمر عندما أقدِّر الكتابة والتفكير بشأن الفلسفة، وليس تأليف هذا الكتاب فحسب. فما أهتمُّ لأجله يكون بكليته ضمن اللحظة الحاضرة وليس مؤجلًا؛ وبهذا لا يتولد لديَّ الشعور بالفراغ والخيبة. ويمكن لهذه الحالة المعاكسة أن تُنفَّذ مع أنشطة أخرى أبسط من الفلسفة. فمن خلال إعداد العشاء لأبنائك، ومساعدتهم على أداء فروضهم المدرسية، وتهيئتهم للنوم، أنت تنغمس في نشاط الأمومة والأبوة غير الانتهائي الذي يتضمن أنشطة انتهائية تمامًا. حيث إن الوالدية تامّة في كل لحظة، على عكس العشاء والفرض المنزلي، لأنها عملية وليست مشروعًا.

(15) Aristotle, *Metaphysics* 9.6, 1048b18– 34, as translated in Kosman, *Activity of Being*, 40.

جرب بنفسك وحوّل تركيزك من الأنشطة الانتهائية إلى نظيراتها غير الانتهائية. فعلى وجه العموم، من الممكن، إيجاد المعنى في العملية، مثلما يعطي المشروع معنًى للحياة. وذلك المعنى لا ينفد ولا يُستهلك؛ كما لا يُستثمر في المستقبل، بل يوفَّى في الحاضر.

يكاد بانيوتس أن يدرك هذا، وهو يحكي عن سباحة غير مدبَّرة مع أبنائه بعد الطلاق:

«... كم كان الماء باردًا وعميقًا ومنعشًا وصافيًا. ظللنا نعوم ونعوم، والشمسُ تسطع على وجوهنا وأجسادنا ونحن معلقون هناك، كأننا ثلاثة جذورٍ بيضاء تحت الماء. أستطيع رؤيتنا هناك ثابتين؛ ذلك أن تلك اللحظات كانت عارمة للغاية؛ بحيث إننا سنعيشها على الدوام بطريقةٍ ما، بينما بقية الأشياء منسية تمامًا. ومع ذلك ليس ثمة قصة مرتبطة بها، برغم مكانها في القصة التي رويتها لك للتو. ذلك الوقت الذي قضيناه نسبح في البِركة أسفل الشلال لا ينتمي لأي مكان؛ ليس جزءًا من أيّ سلسلة أحداث. إنه مستقلٌّ بذاته؛ بحيث إن لا شيء في حياتنا السابقة بصفتنا عائلة كان منفردًا بذاته؛ لأنها دائمًا كانت تقودنا للشيء التالي وما بعده، وكانت تساهم في نسج قصة هويتنا. وحالما تطلقنا أنا وكريستا، لم تعد الأمور مرتبطة بتلك الطريقة، برغم أني سعيت لسنوات أن أجعلها كما كانت، ولكن لم يكن هناك تتمة لذلك الوقت في البركة، ولن يكون أبدًا..»[16].

(16) Cusk, *Outline*, 123.

كان بيانتوس يعيش في الحاضر على نحوٍ تامٍّ ونهائي في أثناء السباحة تحت الشلال. وما لم يُدركه هو أن العيش في اللحظة الحاضرة ليس توقُّفًا عن الحياة العادية، وإنما وسيلة من وسائل الانغماس فيها؛ حيث إن الأنشطة غير الانتهائية لا تتبوأ قمةً عاليةً يندر بلوغها؛ فمن يبحث عنها سيجدها حوله، وسيجد المعنى فيها.

ومن شأن إغفال هذا الأمر أن يُضفي جاذبية زائفة للتقاعد المبكِّر، والاستقالة عن العمل في منتصَف العمر لممارسة البستنة أو الغولف. ولا أقول إن هذه فكرة سيئة، ولكن من الخطأ النظر لمثل هذه الممارسات المتكررة والمتواصلة كما يتضح على أنها الحقل الخاص للتوجه غير الانتهائي، لأنه يوجد في الحياة الهادفة الأكثر إرهاقًا، والمدفوعة بتتالي المهام. فالعمل المُجد نشاطٌ غير انتهائي، وهو قائمٌ لا ينقطع؛ وحيثما يكون للإتمام قيمة، يكون للانهماك في الشيء قيمةً كذلك. يمكنك بلا شك الاستقالة من وظيفتك، ولكن لا تفعل ذلك للسبب الخطأ؛ إذ لا يوجد ما هو انتهائي في الأساس فيما يخص العمل.

وإن كانت الاستقالة المفاجئة والعلاقة الغرامية الجنونية لا تُقوِّضان التوجه الانتهائي -أي إن كانت هاتان السمتان الشائعتان في منتصَف العمر لا تُحقِّق ذلك الهدف بالذات- فيجدر بنا أن ننتقل، مع التقدير، إلى نموذج نمطي ثالث مهمٍّ، وهو شراء دراجة نارية أو سيارة رياضية. إن استهواء فعل ذلك له جوانب كثيرة، لكنَّ أحدها يتمثل في تحوُّل التركيز من قيمة الوصول إلى قيمة التواجد على

الطريق. فالمرء لا يشتري سيارة سريعة من أجل الوصول لوجهته بسرعة أكبر؛ إنما يتعلق الأمر بالرحلة، والرحلة غير انتهائية.

وهذا ما لم يدركه شوبنهاور. فحتى لو تحتَّم علينا السعي خلف غاياتٍ انتهائية، وحتى وإن كانت موضوعاتٍ للرغبة، لكنّها لا تنفرد بالأهمية؛ حيث يمكن للأنشطة الأخرى أن تمنح حياتنا معنًى. بوسعنا الإفلات من دائرة التدمير الذاتي الممثلة في السعي للمنجزات وإتمامها واستئنافها من جديد، سواء حُقِّقت تلك المنجزات أم لم تُحقق، وذلك من خلال إيجاد قيمة كافية في الأنشطة غير الانتهائية، التي ليس لها حد أو نقطة نهاية، بل يكمن تحقيقها في لحظة الفعل ذاته. واستخلاص المعنى من تلك الأنشطة منوط بالعيش في اللحظة -على الأقل بمعنى من معاني تلك العبارة المثقلة بالدلالة- وهكذا يتحرر المرء من طغيان المشاريع الذي يتركّز في منتصَف العمر.

إلى أين يقودنا هذا؟ إلى معرفة ما ينبغي لنا فعله دون أن نعرف بالضرورة كيفية فعله. إنّ الانتقال من التوجه الانتهائي إلى غير الانتهائي ليس عملًا اعتياديًّا. حيث إن تمييز النظائر غير الانتهائية للأنشطة الانتهائية شيء، والتحوّل الانفعالي والوجداني لتقديرها لذاتها، لا لكونها وسائل لإنجاز الأمور، شيّ آخر؛ وهذا هو التحدي في حياتي. فأنا أريد أن أهتم بعملية الكتابة والتفكير بشأن الفلسفة بقدر اهتمامي بتأليف هذا الكتاب أو أكثر. ولكنَّ تركيزي ينصب، خلال الكتابة، على الخطوات المحددة والإضافية التي ينبغي أن يُكتب بها هذا الكتاب؛ حيث أكون مهتمًّا بإحدى مشكلات الكتابة،

أو بكيفية البت في إحدى الحجج أو إنهاء أحد الأقسام، أو بمقالٍ أعتزم قراءته. ومثل هذا الانغماس في المشاريع يُنذر بإخفاء الجمال الكامن في العملية «(كما) تحجُب اليدُ المرفوعة أمام العين الجبلَ الأكبر»[17]. وهكذا أقعُ في هوة العادات القديمة، وأنماط التقييم السابقة، وفي فراغٍ مألوف أعرف ترياقه ذهنيًا ولكني لا أُدركُه في أعماق روحي.

لن أتركك هنا بلا خريطةٍ تهتدي بها كما فعلت في الفصل الخامس. ففي القسم الأخير من هذا الفصل، أربطُ صيغة «العيش في الحاضر» المنبثقة من مواجهتنا مع شوبنهاور برؤًى بديلة عن «التأمل الواعي» في البوذية وعلم النفس الإكلينيكي. ولا أدَّعي ضلوعي في أيٍّ منهما، ولكني بكل تواضع سأرسم طريقًا بين المبهم والمألوف. حيث إنَّ التأمل الواعي له سمة فلسفية: شيء أكثر من كونه علاجًا لضغوط الحياة اليومية، وأقل من كونه تجلِّيًا ميتافيزيقيًّا. وبمعرفة هذه السمة، سنكتسب منظورًا أثقب عن أحد شعارات المساعدة الذاتية، ووسيلةً لتطبيقه عمليًّا.

ما أعلمه علم اليقين

لو كان هناك تماثلًا بين فكر شوبنهاور وتعاليم الفلسفة الهندية المبكرة الأكثر تفاؤلًا، فهذا ليس من قبيل الصدفة. فقد كان آرثر يقرأ المخطوطات الهندوسية في السنوات التي سبقت تأليفه كتاب

(17) Rabbi Nachman (1772– 1810), as quoted in Martin Buber, *The Tales of Rabbi Nachman* (Amherst: Humanity Books, 1988), 35.

«العالم إرادةً وتمثّلًا»[18]. وقد درَس البوذية في أعقاب ذلك، ووصف نفسه فيما بعد بالبوذي، حيث اقتنى تمثالًا برونزيًا لبوذا احتلَّ طاولةً رفيعةً في زاوية شقته في فرانكفورت، تضيئه شمسُ الصباح[19].

تقدِّم البهاغافاد غيتا أو «أغاني الرب» (Bhagavad Gita)، وهي حوار بين الأمير المُحارب أرجونا، وقائد عربته المُقدَّس، السيد كريشنا، والتي قرأها شوبنهاور في وقتٍ ما عام 1813 أو 1814، ما يُمكن القول إنه حثٌّ متطرفٌ على اتخاذ التوجه غير الانتهائي، حيث جاء فيها: «اعمل على ألّا يكمن الباعث أبدًا في ثمرة الفعل/ ولا تتشبث بالتبطُّل والكسل/ الزَم اليوغا، وانخرط في العمل! أقلِع عن التعلُّق، ولا تُبالِ بالإنجاز/ ولا بالخيبة»[20]. يتبيَّن من قراءة واحدة أن النصيحة تحثُّ على عدم منح أيّ قيمة للأنشطة الانتهائية، وعلى عدم الاكتراث بالنجاح في إتمام الأمور، وعلى الاهتمام بالعملية دون المشروع. وهذا مسلكٌ يفوق في صعوبته توصيتي بتقدير الأنشطة غير الانتهائية دون إنكار أهمية الثمرة.

لو أن شوبنهاور قرأ هذا المقطع بهذه الطريقة، فلا يبدو أنه كبح تشاؤمه، الذي يملك الكثير من القواسم المشتركة مع بوذية الحقائق الأربع النبيلة: الحياة معاناة، ومصدر المعاناة هو التعلق، والغاية هي وقف المعاناة، والسبيل إلى ذلك يكون من خلال المسلك ذي الثماني شُعب. لقد كان آرثر متفقًا مع الحقيقتيْنِ الأوليَيْنِ،

---

(18) Cartwright, *Schopenhauer*, 266– 69.

(19) Cartwright, *Schopenhauer*, 273– 74.

(20) *Bhagavad Gita*, translated by Laurie L. Patton (London: Penguin, 2008), 29.

ومتشككًا بشأن الثالثة، وغير مقتنع تمامًا بالرابعة. ولكننا لا نجد جذور التأمل الواعي إلا في الحقيقة النبيلة الرابعة، التي يُرى فيها طريق يؤدي إلى إنهاء المعاناة من خلال التأمُّل في اللحظة الحاضرة. ما مدى تشابه هذه الفكرة مع الأفكار المطروحة أعلاه؟

الجواب عن هذا السؤال متباين. يوجد قدرٌ هائلٌ من المعرفة التي يمكن تعلُّمها من التعاليم البوذية، وبعضها يمكن تطبيقه هنا. ولكن ثمة جوانب من البوذية يصعب استيعابها أو الإحاطة بها، وأولها وصفها التجريدي للحالة الإنسانية، ولمصادر التعلق والمعاناة الإنسانية، الذي لا أقبله. ويظهر التباين بمجرد تجاوزنا صياغتي ذات الكلمات الأربع للحقيقة النبيلة الثانية، التي تختزل «التعلق» في ثلاثة أمور: الرغبة، والنفور، والجهل. يمكنك أن ترى كيف أن الرغبة والنفور قد ينطويان على التعلق، إمّا بالأشخاص وإمّا ببقائهم، أو بالأهداف التي يسعى لها الفرد، ويمكنك أن ترى كيف أن الانفكاك قد يجدي نفعًا. ولكن ماذا عن الجهل؟ يُفيد الرأي البوذي التقليدي بأن الجهل عنصرٌ أساسي؛ فالمصدر الأساسي للمعاناة هو العجز عن استيعاب ميتافيزيقيا (أناتا) (anattā) الثورية أو غياب الذات (The no-self)[21]؛ بحيث يتوهم المرء على الدوام أن له جوهرٌ دائم، وهذا الوهم هو ما يغذي النفور والرغبة. والتأمل الجالب للهدوء والسكينة («ساماثا») يُميَّز بدقة عن التأمل

(21) Donald J. Lopez, *The Scientific Buddha* (New Haven: Yale University Press, 2012), 59.

الجالب للإلهام والبصيرة («فيباسانا»)؛ بحيث يكون إدراك غياب الذات هو البصيرة التي تقود إلى وقف المعاناة[22].

تمرُّ عملية التأمل بعدة مراحل، تبدأ بالتركيز العميق والهادئ على عملية التنفس، شهيقًا وزفيرًا، بحيث يلاحظها المتأمِّل بهدوء وبوقعٍ موسيقيٍّ في الصدر أو الحلق أو الأنف. وفي أثناء تأمِّله، يكون المتأمِّل واعيًا بالأحاسيس الجسدية والأصوات المعلَّقة والمتحررة من الحاجة إلى الاستجابة النشطة، وبأفكاره ومشاعره العابرة، المعلَّقة والمتحررة على حدٍّ سواء، الزائلة المتقلقلة بمدِّها وجزرها. وفي مرحلة معينة من التأمُّل، ينشأ وعيٌ فطري، لا فكري فحسب، بعدم الدوام، وبالمعاناة، وباللاذات: أنا غير موجود[23]. وهذه هي التبصرة البوذية.

لا تقلق إن كنت مندهشًا من هذا الوصف؛ فهناك من يشاطرك الحيرة. ومن المرجَّح أنه أثارَ تساؤلاتٍ لديك؛ فكيف أخلُص إلى أنني غير موجود؟ ومن سيكون صاحب تلك الخلاصة؟ إننا من خلال إثارة تلك التساؤلات نُردد صدى الفيلسوف الفرنسي واسع المعرفة، رينيه ديكارت، من القرن السابع عشر في أحد النصوص التأسيسية للفلسفة الحديثة: أنا أفكِّر، إذن أنا موجود (**cogito, ergo sum**). كان ديكارت يزعم أنه إن كان من الوارد الشك في وجود جسده والعالم المادي بأسره، ولكن ليس في وجوده، فلا بد أنْ

(22) Lopez, *Scientific Buddha*, 84, 87.

(23) Bhikkhu Bodhi, *The Noble Eightfold Path* (Onalaska: Pariyatti, 2006), 108- 10; Bhante Gunaratana, *Mindfulness in Plain English* (Boston: Wisdom, 2002), 138.

يكون جوهرًا روحيًّا خالصًا، «الشبح في الآلة»[24]. ولكن فكرة غياب الذات لا تستخف بمبدأ الأرواح غير المادية الديكارتي فحسب، بل إنها تجدُ خطأً أكبر في حكمة ديكارت، حيث تفترض أن التجارب والأفكار والمشاعر ليست ممتلكًا لأي شيءٍ على الإطلاق؛ إنما هي مواقف ووقائع تحدث في تيارٍ من الوعي، كومضاتٍ من الضوء أو موجاتٍ من الضجيج. ففي القرن اللاحق لديكارت، اعترض جورج ليشتنبرغ، أستاذ الفيزياء التجريبية في ألمانيا، على مبدأ ديكارت على اعتبار أن حجته هذه متسرعة للغاية: «ينبغي أن نقول «it thinks» (التفكير يحدث) مثلما نقول «it lightens» (البرق يبرق/المطر يهطل). فحينما يُقال كوجيتو (I think) (cogito) (أنا أفكر)، فهذا قولٌ مبالغٌ فيه»[25]. وهذا هو جوهر فكرة غياب الذات؛ فالظواهر العقلية ليست خواصَّ تتأصل في كائن، كالشكل والحجم، ولكنها حوادث في حدِّ ذاتها.

لا تقلق إن كنت ما تزال متشككًا مما يعنيه هذا؛ حيث إن أحد النزاعات الأساسية بشأن فكرة غياب الذات يتعلق بمسألة وضوحها ومعقوليتها. ليس من فراغ إذن أن يُقال لنا إن الفهم الحقيقي لفكرة «أنا غير موجود» لا يُبلَغ إلا من خلال التأمل المتواصل والعميق! ورأيي هو أن فكرة غياب الذات غير معقولة؛ إذ يعود منشؤها إلى تصورٍ خاطئٍ موجودٍ لدى ديكارت، ويُفيد بوجوب أن تنكشف طبيعة الإنسان وكينونته في عقله/إدراكه؛ بحيث إن

(24) Gilbert Ryle, *The Concept of Mind* (London: Penguin, 2000), 15.

(25) Georg Lichtenberg, *The Waste Books*, ed. R. J. Hollingdale (New York: New York Review Books, 2000), Notebook K: 18, 190.

لم يكن جوهرًا عقليًا، كما اعتقد ديكارت، فلا يمكنه أن يكون شيئًا على الإطلاق. وأنا أتبنى، إزاء هذه الفكرة، الرأي المضجر إلى حدٍّ ما، القائل إننا بشر وحياتنا العقلية تنتمي إلى طبيعتنا الحيوانية. وكوننا مخلوقات من هذا النوع ليس بالأمر الذي يستوجب التطلُّع إلى معرفته بالتأمل الباطني.

في الوقت ذاته، حينما أحاول استيعاب فكرة غياب الذات، يتبين لي سبب اعتقاد البوذيين أنها تُغير الحياة. حيث أن معنى الموت يتغير تمامًا إن لم أكن موجودًا؛ لأنني لن أنقطع عن الوجود في آخر الأمر، وسأُضطر بدلًا من ذلك إلى مواجهة حقيقة أنني لم أكن موجودًا قط. وتقبُّل هذه الحقيقة يعني أن أتخلى عن نفسي، وأستبق الحزن بالكفِّ عن التعلُّق. كما يُمكن لهذه الفكرة أن تضعضع الهوس بالذات؛ فأنّى له أن يوجد مع غياب الذات؟ وهكذا تتغير طبيعة الرغبة.

لا شيء من هذا عارِضٌ أو طارئٌ، بل هو من صميم الفلسفة البوذية، ويُمثِّل استجابتها المحورية للمعاناة الإنسانية. قد يكون هناك مكان للبوذية بلا معجزات أو كارما أو احتمالية إعادة الميلاد التي يُفترض أن تترتب على غياب الذات (أناتا). لكن البوذية بلا ميتافيزيقيا مثل هاملت بلا الأمير أو منتصَف العمر بلا أزمة: الأمر ببساطة يختلف.

وحتى التنقيحات الشائعة التي أُدخِلت على الفكر البوذي التزمت فكرة غياب الذات. فقد كان آلان واتس، الذي جلب البوذية إلىَ منطقة خليج سان فرانسيسكو في خمسينيات القرن العشرين، ملتزمًا بالفكرة التزامًا راسخًا وأكيدًا، إذ يقول: «إنه التقليد وحده

الذي يقنعني أنني لست سوى هذا الجسد المحصور في المكان بالجلد، وفي الزمان بالميلاد والموت»[26]. «إنك لا تدرك أبدًا في أي وقتٍ من الأوقات ما ليس تجربةً أو فكرةً أو شعورًا، ولكنه مجربٌ أو مفكرٌ أو مستشعر. وإذا كان الحال كذلك، ما الذي يجعلنا نعتقد وجود أي شيءٍ كهذا؟»[27]

قد يكون الكتّاب اللاحقون أكثر مواربة، ولكنهم لا يقدمون أي بديل حقيقي. ففي كتاب «البوذية بلا معتقدات» (Buddhism without Beliefs)، الذي يُعد إعلانًا مشهودًا للبوذية العلمانية، يتخلى ستيفن باتشيلور عن الكارما (karma) ويحاول تبسيط فكرة غياب الذات بقوله: «قد لا تكون الذات شيئًا، ولكنها ليست لا شيء. الذات، ببساطة، لا يمكن إدراكها ولا إيجادها»[28]. ويقول:

> «إن إنكار «الذات» لا يناهض سوى فكرة الذات الثابتة المستقلة عن الجسد والعقل، وليس الوعي العادي بالذات بوصفها فردًا متميزًا عن أي أحد آخر. وفكرة الذات الثابتة هذه هي العائق الأساسي الذي يحول دون إدراك قدرتنا الفريدة بوصفنا أفرادًا. وبتبديد هذا الوهم من خلال رؤيةٍ مركّزةٍ عن الزوال، والإبهام، وعرَضية التجربة، سنكون محرَّرين لخلق أنفسنا مرةً أخرى»[29].

---

(26) Alan Watts, *The Wisdom of Insecurity* (New York: Vintage, 2011), 49.

(27) Watts, *Wisdom of Insecurity*, 84.

(28) Stephen Batchelor, *Buddhism without Beliefs* (London: Penguin, 1998), 78-79.

(29) Batchelor, *Buddhism without Beliefs*, 104.

المشكلة أن توليد التعلُّق والأنانية والخوف من الموت لا يتطلب أكثر من الوعي العادي بالذات بصفتها فردًا متميزًا عن كل أحد. وما يجعل فكرة غياب الذات فكرةً ثوريةً هو بالتحديد تهديدها لهذا الوعي العادي، وليس وهم الروح الثابتة المستقلة.

وبرغم رفضي لفكرة غياب الذات، فإنني لا أنوي المجادلة ضدها هنا، وإنما تمييز المفهوم البوذي للتأمل الواعي عن مفهومي له. وتتركز المهمّة في توضيح ما يُخلِّفه التأمل الموقظ للذهن عندما نُبطل وعد الميتافيزيقيا، وننقض رؤية الزوال وفكرة عدم وجود الذات.

والجواب هو أنه لا يُخلِّف بصيرة، وإنما سكينة وصفاء. بوسعنا أن نجتهد لنكون مدركين لما نفعله. للتحرُّر من قيود الاعتياد والتلقائية التي تمنعنا من عيش الحياة لأقصاها. ومن شأن الوعي بالحاضر أن يُجدد نشاطنا كما حصل مع المسنِّين الذين شكلوا عينة بحثٍ رائد أجرته عالمة النفس الاجتماعي إيلين لانغر[30]. حيث يمكننا ممارسة التأمل في عملية التنفس، وفي الضوضاء المحيطة، وفي أحاسيسنا الراهنة، لتقليل معدل ضربات القلب، وضغط الدم، ومستوى القلق والتوتر لدينا. والآن، يُعدُّ الحد من التوتر القائم على اليقظة الذهنية وسيلةً شائعة من وسائل علم النفس الإكلينيكي، والتي ابتكرها جون كابات زين[31].

وهذه تُعدُّ تطورات مهمة في الاستخدام العلاجي للتأمل الواعي. حيث تُعامِل التأمل على أنه منبع للحيوية والصفاء، لا بوصفه سبيلًا

(30) Ellen J. Langer, *Mindfulness* (Boston: Da Capo, 2014).

(31) Jon Kabat- Zinn, *Full Catastrophe Living* (New York: Bantam, 2013).

للحكمة الميتافيزيقية أو وسيلةً للاستغراق في فكرةِ غياب الذات. لا شك أن بوسعه أداء هذا الدور، ولكن ممارسة التأمل الواعي تفعل ما هو أكثر من ذلك. بمعنى أنَّ ثمة بصيرة يمكن استجلاؤها من خلاله، حتى وإن لم تكن تلك الممثلة في كون المرء غير موجود؛ إذ إن التأمل ينمِّي الإدراك البديهي، وليس العقلي فقط، للمعنى الكامن في الأنشطة غير الانتهائية ولما تنطوي عليه من قيمة.

وبرغم خشيتي من الشعور بالحرج، اسمح لي أن أعترف بمدى قربنا من الوصول لحكمة إيكهارت تول، المعلم الروحي لأوبرا وينفري، والكامنة في ثنايا كتابه الرائج **قوة اللحظة الآنية** (The Power of Now):

> «إن لم تجد البهجة أو الراحة أو الصفاء فيما تفعله، فهذا لا يعني بالضرورة أنك بحاجة إلى تغيير ما تفعله، فقد يكفي تغيير الكيفية التي تُنجز بها الأمور؛ حيث إن «الكيفية» دائمًا أهم من «الماهية». انظر إن كنت تستطيع أن تنتبه لـ«الممارسة» أكثر مما تنتبه للنتيجة التي تروم تحقيقها من خلالها. أعطِ كامل انتباهك لكل ما تأتي به اللحظة الحاضرة، وهذا يقتضي أن تتقبل كذلك «ماهية» الفعل تقبلًا تامًا، لأنك لا تستطيع أن تصب جل تركيزك على شيءٍ ما وأن تقاومه في الوقت ذاته»[32].

نعم لـ«الكيف»؛ لقيمة الفعل، وليس فقط لما تهدف إلى إنجازه. ونعم لمزاولة الانكباب على غير الانتهائي، لعملية الاندماج بحدِّ

(32) Eckhart Tolle, The Power of Now (Vancouver: Namaste, 1997), 67– 68.

ذاتها، ولكن لا للمبالغة المضمَّنة في الجملة الأخيرة. إنَّ تول يُعامل العيش في اللحظة الحاضرة بوصفه دواءً لكل داء، إذ يقول: «في اللحظة الآنية، وفي غياب الزمن، تنحلُّ كل مشكلاتك ... فلا يمكنك أن تكون تعيسًا وحاضرًا تمامًا في اللحظة الآنية»[33]. ليتَ هذا كان صحيحًا، بيد أن هذا تمنٍّ واهم؛ حيث إن التواجد في اللحظة الحاضرة لا يتأتى إن لم يكن ما تحمله مهمًّا.

هنا سيزيف الذي عاقبته الآلهة بحمل صخرة إلى أعلى الجبل، فإذا بلغ القمة تدحرجت إلى أسفله، ويستمر في هذا إلى الأبد. كتبَ ألبير كامو في «أسطورة سيزيف»: «على «المرء» أن يتخيل سيزيف سعيدًا»[34]. ولكن الفيلسوفة سوزان وولف، التي تكتب عن المعنى والأخلاق، تعارض هذه النصيحة وتحتج عليها. فأنَّى لسيزيف أن يكون سعيدًا إلا بوهمٍ يجعله «يرى شيئًا في دحرجة الصخرة ليس موجودًا حقًّا» أو بانعدام «الذكاء و ... القدرة التخيلية» الذي يُضعف «قدرته على إدراك الرتابة والعبث في كدِّه؟»[35] لا ينبغي أن يُخفي أي قدرٍ من الوعي باللحظة الحاضرة حقيقة انتفاء المثالية من الحياة المنطوية على مثابرة عبثية ومتكررة. ليس هذا ما نتمناه لأحبائنا ولأنفسنا. وإن كنتَ مضطرًا للعيش على هذا النحو، فيُستحسَن أن تجد المتعة في ذلك. ولكن ثمة أنشطة أجدى يمكن اختيارها، تلك التي تملك قيمة تحسينية أو وجودية. قد يتصارع

---

(33) Tolle, *Power of Now*, 52, 62.

(34) Albert Camus, *The Myth of Sisyphus* (London: Penguin, 2000), 122- 23.

(35) Susan Wolf, *Meaning in Life and Why It Matters* (Princeton: Princeton University Press, 2010), 23- 24.

الفلاسفة مع هذه الأفكار، ومع موضوعية القيمة ومعرفتنا بها، ولكنَّ هذا موضوع لوقتٍ آخر. الفكرة التي أحاول إيصالها هنا هي أن الانغماس في اللحظة الحاضرة وفي الأنشطة غير الانتهائية التي ينصرف إليها المرء لا يكفي لخلق معنًى للحياة. فالأهمية لا تقتصر فقط على ممارسة الفعل في اللحظة الآنية، وإنما تشمل أيضًا الفعل ذاته.

إن التأمُّل في عملية التنفس، وفي الجسد، وفي الأصوات المحيطة يُعدُّ وسيلةً من وسائل تعزيز تقدير الأنشطة غير الانتهائية البسيطة، كالتنفس والجلوس والاستماع. فثمة قيمة في هذه الأنشطة برغم عدم كفايتها لجعل الحياة ذات معنًى؛ لأن صرف الاهتمام إلى وجودها ليس غاية بحد ذاته، بل هو وسيلة لاكتساب القدرة على العيش في اللحظة، ما يؤدي إلى تقدير الأنشطة غير الانتهائية المُقابلة للأنشطة الانتهائية التي تهمُّ الفرد.

وتحقيق هذا يستوجب التغلب على قوة التوجه الانتهائي الجاذبة، بحيث يتعيّن على الفرد أن يمنع انتباهه من الاستغراق في المشاريع، وهذا يستلزم إتقان التركيز العقلي على المشاعر والأفكار، الذي يُعززه التأمل الواعي. ومسألة ما إذا كان هذا يساعد على مواجهة الموت والكف عن التعلق بذاتك، فلست أدري. لكن يمكنك التأمل بهدف الاستبصار في قيمة ما هو غير انتهائي، إن لم يكن في فكرة غياب الذات. وهذه البصيرة ستغيِّر حياتك، حينما تملأ الفراغ الكامن في السعي لتحقيق الأهداف، وتُبطِل سمة الخواء والتدمير الذاتي الموجودة في العقلية الانتهائية. فالعيش بوعيٍ وانتباه يُفضي

إلى إدراك قيمة الأنشطة غير الانتهائية، التي لا تُستهلك بالانغماس فيها ولا تُرجأ للمستقبل، بل تتحقق هنا والآن. كما يقود إلى حلّ أزمة منتصَف العمر، وتبديد الشعور بالتكرار وانعدام الجدوى والتخبُّط وانهزام الذات، من خلال العيش في هالة الحاضر.

خاتمة

إن كنتَ مثلي، فإن منتصَف العمر يعني أن ذاكرتك ليست كما كانت. وقد حان الوقت الآن للتذكير بما ورد في الكتاب: ستة فصول، وإحدى عشرة فكرة ونصف للتعامل مع منتصَف العمر.

في جوف منحنى U، قد تبدو الحياة خانقةً وقاسية وكئيبة. وقد اقترح الفصل الثاني قاعدتيْنِ لتفادي أزمة منتصَف العمر. أولاهما، كما تعلمنا من مفارقة الأنانية: لا يجب أن تكون مفرطًا في الأنانية، كما أنَّ السعي المحموم للسعادة يتعارض مع بلوغها. يقول ميل: «السعداء هم وحدهم من تكون أذهانهم منصبّة على مقاصدَ أخرى غير سعادتهم هم، كأن تكون منصبّة على سعادة الآخرين، أو بتحسين حال البشرية، أو حتى بأيِّ مهارة أو صنعة يزاولونها دون أن يعدُّوها وسيلة، بل غاية مُثلى في ذاتها. وهكذا يدركون السعادة في طريقِهم وهم يمضون في مسعًى آخر»[1]. وثانيهما، ينبغي أن تفسح مجالًا في حياتك للقيمة الوجودية والتحسينية على حدٍّ سواء، وللأنشطة التي لا تلبي احتياجات يمكن الاستغناء عنها، بل

(1) John Stuart Mill, *Autobiography* (London: Penguin, 1989), 117.

التي تجعل الحياة هانئة على نحوٍ قاطع. وتتفاوت هذه الأنشطة في بساطتها وعمقها، بَدءًا من اللعب مع الأصدقاء ووصولًا إلى العلوم والفنون.

يُعدُّ منتصَف العمر طورًا للفوات حتى وإنْ سارت الأمور وفق ما يُراد؛ فحينها يُدرك المرء المسالك التي لن يسلكها أبدًا، وأشكال الحياة التي لن يعيشها مطلقًا، ويأخذه الحنين إلى حرية الشباب. وقد وردت في الفصل الثالث بعض النصائح حول هذا الأمر. أولها، ما دام أن الشعور بالفوات الذي يكتنف منتصَف العمر هو شعور حقيقي، اسأل نفسك ما هو البديل. إن الفوات نتيجة مترتبة على تعدُّد القيم؛ ولن يحميك من الحيرة والفزع سوى نضوب العالم من الخيارات أو افتقارك إلى القدرة على التفاعل معه. وثانيها، لا تُبالغ في تقدير قيمة امتلاك الخيارات. الخيارات مهمة ولكنها لا تكفي للتعويض عن النتائج التي لن تفضّلها، بالنظر إليها منفصلة. فلا تنخدع بجاذبية الاختيار، كما انخدع بها بول أوروك ورجل السرداب. وثالثها، برغم معقولية التلهف إلى ذاتك الفتية، المتحررة من ألم الفوات، فإنَّ لهذا الحال ثمن؛ فلا تغفل عنه. حيث إن الجهل بما لن تفعله يستلزم جهلك بما ستفعله، وفي هذا فقدانٌ مربكٌ للهوية.

بيدَ أنَّ هذه النصيحة تغدو عقيمة عندما تندم على ما فعلت أو تتحسر على ما جرى لك، وتتمنى لو كنت قد حظيت بفرصة أخرى. ولكن كما تبيَّن لنا في الفصل الرابع، ثمة وسائل يمكنك من خلالها أن تتصالح مع إخفاقات الماضي دون الارتكان إلى أي وهم. أولًا، يُمكنك

اتخاذ الحياة الجديدة وسيلةً للتكيُّف؛ إذ لم يكن ليُوجَد أحباؤك لولا أخطاؤك، وهذا يمنحك سببًا لتسعد بارتكاب تلك الأخطاء. وثانيًا، ضع في الحسبان العزوف عن المخاطرة. فعندما تتراءى لك فكرة البدء من جديد، فكِّر في الطرق الكثيرة التي كان من الممكن أن تسير بها الأمور وما تنطوي عليه من ارتيابٍ شديدٍ، مقارنةً بالماضي الذي تعرفه يقينًا. هل يستحق الأمر المخاطرة مجهولة العواقب؟ وثالثًا، هناك وسيلة الارتباط بالتفاصيل: النسيج المعقد لما يشكِّل جوهر حياتك. وهذه هي الوفرة التي ينبغي أن تضعها إزاء الرأي المجرَّد القائل إن الأمور كان يمكن أن تسير على نحوٍ أفضل.

إذا كان منتصَف العمر وقتًا للالتفات إلى الماضي، فهو أيضًا وقتٌ لمواجهة حدود المستقبل. لقد بلغتَ «قمة المرتفَع على حين غُرَّة، ويمتد إلى الأمام على مرأى البصر منحدَرٌ هابط يفضي إلى نهاية الطريق»[2]. تناوَل الفصل الخامس محدودية الحياة البشرية ببعض الوسائل الفلسفية. أولًا، هناك موقف الحياد الزمني، بحيث تُقدَّر منافع الماضي والمستقبل على نحوٍ متساوٍ. وفي حال تبنيتَ هذا الرأي، فإن الحرمان الذي يعقب الموت لن يكون أسوأ من ذاك الذي يسبق الميلاد. وثانيًا، الرغبة في منافع الخلود تعني الرغبة فيما يتجاوز نطاق الحالة البشرية. وهي أشبه ما تكون بالرغبة في الطيران؛ وهي قدرةٌ لا يُستنكر التطلع إلى امتلاكها، بيد أنَّ انعدامها لا يستدعي الحسرة. وما يبقى هو التعلُّق بالذات، الذي ينشأ من إدراك القيمة والرغبة بالحفاظ عليها. وهكذا، تتضارب

(2) Elliott Jaques, "Death and the Mid- Life Crisis," *International Journal of Psychoanalysis* 46 (1965): 502– 14, 506.

الأفكار بشأن مناهزة منتصَف العمر. هل بمقدورك فصل التعلُّق عن الاهتمام، بحيث تحزن على فنائك مقدمًا وتتخلى عن الحاجة إلى البقاء للأبد، مع الإبقاء على الرغبة في حياةٍ أفضل؟

إن التحدي الأكثر إرباكًا في منتصَف العمر لا يكمن في التأقلم مع الماضي أو المستقبل، وإنما مع خواء الحاضر، ومع الشعور بأن الإشباع مؤجَّل أو فات أوانه، وأن سعي المرء الدؤوب يُدمِّر ذاته. والفصل الأخير يعزو هذا الاختلال إلى وجود خللٍ بنيوي في الانكباب على المشاريع. حيث أن المشاريع انتهائية، كونها تهدف للوصول إلى حالة نهائية؛ فالانغماس فيها كما ينبغي يستدعي إنهاءها، وهذا يُفضي بالنتيجة إلى نزع المعنى من حياتك. والحل الوارد في الفصل السادس يقضي بالاستثمار في الأنشطة غير الانتهائية استثمارًا تامًّا، وهي الأنشطة التي ليس لها نقطة نهاية أو نفاد، كالخروج للتنزه أو قضاء الوقت مع الأصدقاء، أو تقدير الفن أو الطبيعة، أو الوالدية، أو العمل الجاد. قد لا يكون هناك تغيير فيما تفعل من يومٍ لآخر، ولكن يكفي أن تغيِّر موقفك وتكيِّف معه ما تُحب؛ بحيث لا يكون اهتمامك محصورًا على المشاريع، بل ينبغي أيضًا أن تقدِّر عملية تربية الأبناء، والحفاظ على الصداقات، ومزاولة العمل. وقد تبدو الأمور متماثلة ظاهريًّا، ولكنها مختلفة اختلافًا عميقًا. فعندما تولي اهتمامك للعملية، فأنت تملك ما تريده في اللحظة، وانكبابك عليه لا يستنزف قيمتَه. وما نتعلمه من ممارسة التأمل هو كيفية الاستغراق في الحاضر، وتقدير قيمة غير الانتهائي وسط الجاذبية المتوهجة للأهداف القابلة للإنجاز؛ وهذا هو التأمل الذهني الفاعِل.

من السخرية أن تكون أولى القواعد الواردة في كتابٍ للمساعدة الذاتية هي الاهتمام بأشياءَ أخرى غير نفسك. اقرأ الكتاب بأيّ حال، ولكن افعل هذا بدافع الاهتمام بزمانية الحياة، وليس لتحسين حياتك. فبحسب مفارقة الأنانية، تُحيط هذه المفارقة الساخرة بمشروع المساعدة الذاتية عينه، الذي يستغل دافعًا يعيقُ هدفَه. من السهل التوجُّس من الهوس بالذات والأنانية التي تثير المسألة برمتها. وفي بعض الأحيان، يراودني هذا الشعور بشأن هذا الكتاب. إلى أي مدى تتسم أزمة منتصَف العمر بالأنانية والانغماس في الذات؟ إلى أي مدى هي مأزقٌ يُعدُّ الوقوع فيه ضربًا من الرفاهية؟

أقلُّ مما قد نخشى؛ حيث إن المسائل التي تناولتها تنطبق على أي أحد تقريبًا، ولا تقتصر على القلة المحظيّة. فجميعنا نواجه العجز والخسارة، والطرق التي لم تُسلك، والفرص التي لم تُستغَل، وكلنا نقترف الأخطاء، وننجو من النكبات، ونشهد فشل مساعينا، وبعد كل هذا نموت في النهاية. من جهة أخرى، تكون الأنشطة التي تعني لنا الكثير إما انتهائية وإما غير انتهائية. سواء أكنّا نعيش عيشة الكفاف، أم كنا نعمل تحت وطأة الظلم والاضطهاد، أم كنا ندّرس في معهد ماساتشوستس للتقنية. وفي كل حالة، من المحتمل أن تكون عقليتك انتهائية ومدفوعة بالأهداف بطريقة أو بأخرى. ومن الوارد أن يكون تركيزك منصبًّا على المشروع تلو الآخر، وعلى المهمة تلو الأخرى، أو أن تقدِّر، كذلك، عملية السعي لما تصبو إليه، أيًّا كانت المشاريع. ولذا، فإن العيش في الحاضر أمرٌ حيوي لمن تكون حياتهم بسيطة أو مضطربة بقدر ما هي كذلك لأيِ أحدٍ آخر.

بدأ سعينًا بحلم ميل المندفع: خطته للإصلاح الاجتماعي، ورؤيته للنجاح، ويأسه. إن اجتثاث المعاناة التي لا طائل منها هدفٌ نبيل، ولكنه يُخاطب احتياجاتٍ سنكون أفضل حالًا دونها؛ حيث إن قيمته تحسينية وليست وجودية، ولا بُدَّ أن يكون للحياة معنًى أكبر من هذا. كما أنه انتهائيٌّ على الدوام؛ فحينما سأل ميل نفسه عن طبيعة شعوره في حال حقق طموحاته، كان يتخيل حالةً نهائية، يوتيوبيا دائمة لا يجد فيها ما يفعله؛ لأن المغزى من حياته كان قد طُمس.

عندما نسعى جاهدين لتحقيق العدالة وخلق عالَمٍ أفضل، فإننا نحتاج إلى قوة اللحظة الآنية بقدر ما نحتاج إليها في أي موضعٍ آخرَ. فالتركيز على الانتهائي يعني، في كثيرٍ من الأحيان، التركيز على تقهقُرِ أهدافنا وتداعيها، كالقضاء على الفقر، والمجاعة، والحرب، وتقويض أسوأ آثار الاحتباس الحراري. وفي مقالته المصورة العصية على التصنيف «Bento's Sketchbook» (كراسة رسم بينتو)، يتناول الناقد الفني جون بيرغر نشاطَ أروندلتي روي الاجتماعي، حيث يقول:

«كل احتجاج سياسي شديد هو مناداة بالعدالة الغائبة، يصاحبها أملٌ بتحقق هذه العدالة في المستقبل. بيد أنّ هذا الأمل ليس الباعث الأول لهذا الاحتجاج. فالمرء يحتج؛ لأن الامتناع عن الاحتجاج سيكون في غاية الإذلال والضعف والإهلاك. إنه يحتج (ببناء حاجز، أو بحمل السلاح، أو بالإضراب عن الطعام، أو بمشابكة الأذرع، أو

بالهتاف، أو بالكتابة) كيْما يستبقي اللحظة الحاضرة، أيًّا كان ما يحمله المستقبل ... إن الاحتجاج في الدرجة الأولى ليس تضحيةً من أجل بديلٍ ما، أو من أجل مستقبلٍ أعدل؛ إنما هو فداءٌ للحاضر لا يترتب عليه تبعات مهمّة. والمشكلة هي كيف نعيش مرةً تلو أخرى وَفق صفة دون تبعات مهمّة (inconsequential)»[3].

لا يوجد جوابٌ مطلق عن هذا السؤال، فالتبعات مهمّة، وكذلك الحال بالنسبة للأفعال المتجردة منها. فما يقابل المستقبل الأعدل، الذي هو غايةٌ لنشاطٍ انتهائي، هي عملية الاحتجاج على غيابه غير الانتهائية؛ وثمة مغزًى في الاحتجاج.

ما زلت أسعى إلى حل أزمة منتصَف العمر التي أعيشها، برغم تصوُّري بأني أدرك السبيل للخروج منها. يلزمني التخلص من العقلية الانتهائية، وتنمية التوجه غير الانتهائي في المقابل. كما يلزمني أن أتعلّم كيف أتواجد في اللحظة. من الممكن استغلال هذا التوجه على نحوٍ أناني، ولكن بما أنه يملأ فراغ الحياة اليومية، فهو يمنع، كذلك، القلق الناتج من الفتور الذي تولّده الخطط المثالية. إنه مصدرٌ للطاقة، والتركيز، والامتلاء، والسعي لكل ما يستحق الكفاح، لتُدرك وتُقدِّر أنك تسعى له الآن.

(3) John Berger, *Bento's Sketchbook* (New York: Pantheon, 2011), 79- 80.

شكرٌ وعرفان

أقدِّم شكري وامتناني، نظير ما تلقيته من تشجيع ومشورة خلال تأليفي لهذا الكتاب، لكلٍّ من آردن ألي، وديفيد جيمس بارنيت، ديلان بيانتشي، وأليكساندر بيلون، وإيلينا بوفاي، ومات بويل، وبِن برادلي، وجيني برينكيما، وسارا بوس، وآليكس بايرن، وريتشل كوهن، وإيرل كوني، ولوريتزا دي آندلو، وجيسون دي كروز، وستيف داروال، وبريندِن دي كينيسي، وكيان دور، وكيفن دورست، وجيمي دويل، ونيكول ديولار، وستيف إنغستروم، وجيس إينوك، وكاثرين غيسمار، وليندال غرانت، ودونالد غراي، وسيمون غوبار، وسوزان غوبار، وجوشوا هانكوكس، وكاسبر هير، وجيمس هارولد، وسالي هاسلانجر، وزينا هيتز، وهارولد هودز، وبراد إنوود، وآبي جاك، وآنجا جوبرنج، وماتياس جيني، وشيلي كاغان، وجون كيلر، وسيمون كيلر، ومايكل كيسلر، وجيم كلاغ، وهيلاري كورنبليث، وكريس ماكدانيل، وسام ميتشل، وديك موران، ودان مورغان، وجيسيكا موس، ودانيال مونيوز، وإيفجينيا ميلوناكي، وريتشارد نير، وفيليب نيل، وهيل باكونينين، وآناليزا بايس، وجابا باليكاثايل، وستيف بيترسون، وفيليب ريد، وكارل شيفر، وتامار شابيرو، وسام شيفلر، وسونيل سيتيا، ومايكل سميث، وجاك سبنسر، وآميا

سرينيفاسان، وجيسون ستانلي، ودانيال ستار، وروبرت ستيل، وغالِن ستراوسون، وجودي تومسون، وكاتيا فافوفا، وبينجامين والد، وتوم وارتنبرغ، وكوين وايت، وليو زيبرت، وجماهير القرّاء في جامعة تورنتو، وجون هوبكنز، وكلية يونيون، وجامعة تينيسي، ونادي كرايتون، وجامعة ييل، وكلية ماونت هوليوك، وجامعة تولين، وجامعة بيتسبرغ، ومعهد ماساتشوستس للتقنية؛ مع اعتذاري لمن نسيتهم.

كما أني مدينٌ بشكرٍ خاص إلى المحرِّر القائم على تحرير هذا الكتاب، روب تيمبيو، الذي ما كنتُ لأستغني أبدًا عن همَّته وفطنته. وإلى براد سكوو الذي قرأ كل فصل تقريبًا حال كتابته، وكانت ملاحظاته المتزنة تدفعني لإنهاء الكتاب وترشدني لذلك. وإلى آندرو ميلر الذي كان أول من قرأ المسودة الكاملة الأولى. إنني ممتنٌّ لسخائه، وحكمته، وإدراكه لما هو حقيقي ومُتخيَّل في الافتراضات المتعلقة بمنتصف العمر. وإلى إيان بليتشر الذي لم يكن يتوانى عن تقديم الدعم متى ما احتجتُ إليه، إلى جانب نصائحه الحصيفة بشأن الأسلوب والحبكة، التي كان عليَّ أن أتبع الكثير منها. وإلى سارا إيلينبوغن نظير أدائها المذهل في تحرير النص. وأخيرًا، أقدم شكري للقرّاء المجهولين، الذين أدَّت تعليقاتهم البنّاءة إلى إجراء تغييرات كبيرة وصغيرة.

وفي الختام، أقدِّم شكري إلى مرَح التي كانت تستمع بانغماس، وأحيانًا بتلهف، إلى مقطع تلو آخر، ومسودة تلو أخرى؛ التي أثق تمامًا بحسِّ الكاتبة داخلها، وأغبطها على أسلوبها الكتابي، والتي

كانت تقدم أفكارها وملاحظاتها بقدرٍ وافر من الانهماك فيما كانت تؤلّف كتابها الخاص. ومثلما كتبَ ميل عن هارييت تايلور، أقول عنها: «كانت مواهبها الفكرية تدعم طبيعتها الأخلاقية ضمن أفضل وأعلى مستوى من التوازن شهدتَهُ في حياتي». وأنا محظوظ لمشاطرتي إياها منتصَف العمر. أشكرك على كلِّ شيء، مرَح؛ وإليكِ نخب المغامرة التالية!

ملاحظات

الفصل الأول: تاريخٌ موجز لأزمة منتصَف العمر

كتابان يُوصى بقراءتهما حول تاريخ منتصَف العمر والفلسفة المعنية به، وهما: كتاب «Middle Age» منتصف العمر لكريستوفر هاميلتون (Durham: Acuman, 2009)، وكتاب «In Our Prime: The Invention of Middle Age» في أوج حياتنا: اختراع منتصَف العمر لباتريشيا كوهين (New York: Scribner, 2012)).

الفصل الثاني: هل هذا كلُّ ما في الأمر؟

تُقدِّم كلاسيكيات أوكسفورد العالمية (Oxford World's Classics) نسخة سهلة القراءة من الأخلاق النيقوماخية (The Nicomachean Ethics) بترجمة دبليو. دي. ويليام، مع تنقيحات أجراها ليزلي براون (Oxford: Oxford University Press, 2009).

وفيما يخص تصوُّر أرسطو عن الغائية، ارتكزتُ عند التقصي عنه على ورقتيْن من تأليف كريستين كورسغارد، وهما:

«Aristotle and Kant on the Source of Value» (أرسطو وكانط حول مصدر القيمة)، و«Two Distinctions in Goodness»

(تمايزان في الخير)، وكلتاهما مطبوعة في كتاب «Creating the Kingdome of Ends» (بناء مملكة الغايات) (Cambridge: Cambridge University Press, 1996)، وعلى مقالة غيفن لورنس التي تحمل عنوان «Aristotle on the Ideal Life» (أرسطو والحياة المثالية) (Philosophical Review 102 [1993], 1-34)، وعلى كتاب «Happy Lives and the Highest Good» (الحياة السعيدة والخير الأسمى) لغابرييل ريتشاردسون لير (Princeton: Princeton University Press, 2004). كما ترِد مقدمة أشمل عن أخلاق أرسطو، والتي تضعه في سياق كلاسيكي، في الفصل الثالث من كتاب جون كوبر «Pursuits of Wisdom» (السعي وراء الحكمة) (Princeton: Princeton University Press, 2012).

الفصل الثالث: الفوات

تشمل التفسيرات الفلسفية لانعدام قابلية التكافؤ كتاب مايكل ستوكر «Plural and Conflicting Values» (القيَم المتعددة والمتضاربة) (Oxford: Oxford University Press,1992)، ومقالة «Monism, Pluralism, and Rational Regret» (الأحادية، والتعددية، والندم العقلاني) (Ethics 106 [1996], 555-75)، وكلاهما يوضِّح طرحي هنا. (المصطلح غير متسق بشكلٍ ملحوظ؛ فالجميع لا يُعرِّف مصطلح «غير قابل للتكافؤ» مثلما عرَّفته). وفيما يخص قيمة الخيارات، فإني أعزو الفضل إلى مقالة غيرالد دوركوين «Is More Choice better than Less?» (هل كثرة الخيارات أفضل من قلّتها؟) (Midwest Studies in Philosophy 7 [1982], 47-

61))، التي أوحت بالحجة التي ربطتها ببول أورورك، وريجي بيرين، ورجل السرداب. وإلى جانب الفلسفة، أوصي بالرّوايات المذكورة في هذا الفصل، بما فيها تلك التي لم أتمكن من مناقشتها.

الفصل الرابع: الرجوع إلى الماضي

إنني مدينٌ بالامتنان نظيرَ الاستشهاد بوولف هنا إلى الناقد الأدبي آندرو ميلر؛ حيث تظهر الاقتباسات من يوميات وولف في مقالته الشاعرية «الكعكة الواحدة، الكعكة الوحيدة» (The One Cake, The Only Cake) (Michigan Quarterly Review 51 [2012], 86-167)، وأقترح على قرّاء هذا الكتاب الوصول إليها. ويُلقي كتاب آر. جاي والاس «The View from Here» (المنظر من هنا) (Oxford: Oxford University Press, 2013) نظرةً مثيرةً وساحرةً على أخلاقيات التعلُّق والندم، على إثر روبرت آدامز. كما ترِد مناقشة أعمق للآراء المقدَّمة في هذا الفصل في مقالتيْ «Retrospection» (التأمُّل في الماضي) (Philosophers' Imprint 16 [2016], 1-16)، و«The Ethics of Existence» (أخلاق الوجود) (Philosophical Perspectives 28 [2018], 291-301).

الفصل الخامس: شيءٌ نتطلع إليه

علِمت عن القطعة المقتبسة من بوفوار في كتاب سوزان نيمان «Why Grow Up?» (لماذا نكبر؟) (London: Penguin, 2014)، الذي يُعَدُّ استقصاءً فلسفيًّا عن سن الرشد. ويُعد كتاب سارا بيكويل

London: Chatto & Windus,) (كيف تعيش) «How to live» 2010)، مقدمةً رائعةً لتجربة مونتين مع أزمة منتصَف العمر، وللإجابات الكثيرة التي أوردها عن السؤال الذي طرحته. وفيما يخص الخوف من الموت، أقترح ثلاث مقالات كتبها فلاسفة، وهي: مقالة توماس نيغل «الموت» :Death) (Mortal Questions [Cambridge) 414-Cambridge University Press, 1991], 387)، ومقالة كاي درابر «خيبة الأمل، والحزن، والموت» ,Disappointment) Sadness, and Death) (Philosophical Review 108 [1999], 10-1)، ومقالة صامويل شيفلر «الخوف، والموت، والطمأنينة» Fear, Death, and Confidence) (Death and Afterlife, ed. Niko) 110-Kolodny [Oxford: Oxford University Press, 2013], 83).

ومن درابر، أقتبس مسألة الخلود والرغبة المتطرفة، وفكرة تعدد منابع الخوف من الموت، ومدى الارتباط بين التعلق والفقد. ولكني أتجاوزه في استنتاج رابطة بين التعلق والحرمان والكرامة الإنسانية، وفي التطرق إلى مسألة تعلُّقنا بأنفسنا.

الفصل السادس: العيش في الحاضر

إن كنتَ ستقبل بإحدى توصيات هذا الكتاب، فلتكن التوصية بالعروض الكوميدية التي يقدمها ستيوارت لي، الذي يُعد عرضه المقام عام 2009 بعنوان ,If You Prefer a Milder Comedian» Please Ask for One » استكشافًا عميقًا للذاكرة، والحنين، ومنتصف العمر Directed by Tim Kirkby [New York: Comedy) Central, 2010] DVD). قد تُحيِّر بعض الإشارات المشاهدين غير

البريطانيين. ولعل العرض الأكثر ملاءمةً للجمهور العام، الذي لا يقل روعةً عن العرض السابق، هو السلسة الثالثة من عربة ستيوارت لي الكوميدية «Stewrat Lee's Comedy Vehicle» (Directed by Tim Kirkby [New York: Awkward films, 2014] DVD). وفيما يخص شوبنهاور، انظر في كتاب «Essays and Aphorisms» (مقالات وحِكم) من تحرير أر. جي. هولنغدال (London: Penguin, 1970)، الذي يضم مجموعة مختارة من «الحواشي والبواقي» (Parerga and Paralipomena). وأمّا المقدمات الفلسفية للبوذية فتشمل كتاب كريستوفر غوانز «Philosophy of the Buddha» (فلسفة البوذا) (New York: Routledge, 2003)، وكتاب مارك سيدريتي «Buddhism as Philosophy» (البوذية بوصفها فلسفة) (Indianapolis: Hackett, 2007). ويُعد كتاب «البوذا العلمي» (The Scientific Buddha) لدونالد جي. لوبيز، جداًّ ممتعًا وواسع النطاق ضد الاستعمالات العلمانية للتقاليد البوذية. وفيما يخص فكرة الحياة ذات المغزى، أوصي بكتاب سوزان وولف «Meaning in Life and Why it Matters» (المعنى في الحياة وسبب أهميته) (Princeton: Princeton University Press, 2010). وأخيرًا وليس آخِرًا، أفضل طريقة للوصول إلى اليقظة الذهنية تكون من خلال التأملات الموجَّهة التي يقدمها مركز أبحاث الوعي الذهني (Mindful Awareness Research Center) (UCLA)، وهي متاحة بالمجان في متجر آي تونز.

يكاد يكون مُنتصف العمر إحدى أكثر المراحل العمرية اضطرابًا؛ إذ تبرز فيه تساؤلات وجودية لا مناص للمرء من تأمّلها عن ماضيه، وحاضره، ومستقبله. وفيما يحاول الإجابة على هذه التساؤلات، يستعين المؤلف بتجربته الخاصة وبتجارب أدباء ومفكّرين، كفيرجينيا وولف، وسيمون دي بوفوار، وجون ستيوارت ميل. في هذا الكتاب، يسعى أستاذ الفلسفة كيرين سيتيا لاستجلاء طبيعة هذه المرحلة، بمخاطبة كل من تتقاذفه الأفكار حول حياته، واقتراح أساليب علاجية للتكيف معها من منظور فلسفي.





الطبعة الأولى: 2022